Sammanfattning

Under de drygt 20 år som Monitormätningarna har följt befolkningens alkoholvanor har mäns och kvinnors konsumtion aldrig legat så nära varandra som 2025. År 2004 drack män mer än dubbelt så mycket som kvinnor. Idag är skillnaden 70 procent. Män dricker alltså fortfarande betydligt mer än kvinnor.

Utjämningen beror främst på att männen har ändrat sina vanor. Mäns självrapporterade konsumtion har minskat med 35 procent sedan 2004, kvinnors med

11 procent. Kvinnors andel har därmed ökat från 30 till 37 procent. Mönstret går igen i flera av undersökningens mått; andelen män som dricker, hur ofta de dricker och andelen som högkonsumerar har sjunkit, medan kvinnornas nivåer varit mer stabila.

Även berusningsdrickandet har blivit mer lika. År 2025 hade 35 procent av männen och 23 procent av kvinnorna intensivkonsumerat alkohol under den senaste måna-den. Gapet har krympt genom att färre män och något fler kvinnor dricker på detta sätt.

Totalt rapporterades årskonsumtionen till i genomsnitt 4,1 liter ren alkohol per person 2025. Detta är den lägsta nivån under mätperioden, och drygt en fjärdedel lägre än 2004 (med hänsyn tagen till 2019 års metodbyte). Konsumtionen är fortfarande ojämnt fördelad: en tiondel av den vuxna befolkningen står för ungefär hälften av all alkohol som dricks.

Bakom nedgångarna i den totala alkoholkonsumtionen finns tydliga generationsskiften. Idag dricker exempelvis personer i den yngsta åldersgruppen (17–29 år) betydligt mindre än vad de gjorde för 20 år sedan. Det är främst unga män som har bidragit till minskningen. Totalt sett har det skett en uppgång i den äldre gruppen (65–84 år), men relativt sett har ökningen där varit större bland kvinnor än bland män.

I takt med att nya generationer, med mer omfattande alkoholvanor än tidigare generationer, har nått pensionsåldern så har skillnaden mellan åldersgrupperna minskat. I genomsnitt konsumerar unga vuxna (17–26-åringar) idag ungefär lika stora alkoholvolymer som gruppen 65–74 år. För 20 år sedan drack den yngre gruppen dubbelt så mycket som den äldre.

Förändrade könsmönster syns också i analysen av kombinerad alkohol och nikotinanvändning. Andelen som både högkonsumerar alkohol och använder nikotin dagligen har varit relativt oförändrad under flera år, men 2007 var detta fem gånger så vanligt bland män som bland kvinnor. Idag är skillnaden knappt tre gånger.

Alkoholvanorna har också blivit mer lika över landet, både mellan län och mellan olika typer av kommuner. Utjämningen beror främst på att konsumtionen har minskat där den tidigare var som högst. Län som tidigare låg högt, framför allt Stockholm, Halland och Skåne, har närmat sig riksgenomsnittet. År 2004/06 låg exempelvis årskonsumtionen i Hallands län cirka 18 procent över riksgenomsnittet. Idag är skillnaden 7 procent. De geografiska mönstren består dock i stora drag. Uppsala och storstadslänen ligger fortfarande över eller nära riksgenomsnittet, medan norrlandslänen ligger under. Årskonsumtionen 2024/25 varierade mellan 3,3 liter ren alkohol per person i Västerbotten och 4,9 liter i Uppsala.

Alkoholvanorna har alltså blivit allt mer lika mellan könen, åldersgrupperna och landets regioner även om skillnaderna inte helt har försvunnit. Män dricker fortfarande klart mer än kvinnor, och storstadsbor mer än boende i småstäder och glesbygd.