

3. DETERMINANTE ZDRAVJA - DEJAVNIKI TVEGANJA





3.4 RABA ALKOHOLA

V družbi prevladuje toleranten odnos do pitja alkoholnih pijač; te so spremljevalec mnogih osebnih in družbenih dogodkov. Alkohol je v Sloveniji najbolj razširjena droga, po kateri vsaj občasno poseže večina odraslih prebivalcev. Z alkoholom ima izkušnjo tudi pomemben delež mladostnikov, ki se z njim prvič srečajo že zelo zgodaj. Slovenija je po porabi alkohola vseskozi nad povprečjem Evropske regije Svetovne zdravstvene organizacije. To je sicer regija, v kateri se popije največ alkohola.

Svetovna zdravstvena organizacija (SZO) uvršča rabo alkohola med ključne dejavnike tveganja za prezgodnjo umrljivost in breme bolezni, poleg tega veliko prispeva tudi k neenakostim v zdravju prebivalcev. Posledice pitja alkoholnih pijač so številne in se kažejo pri posamezniku, v družini, okolici in širše v družbi. Alkohol pomembno vpliva na pojav več kot 200 bolezenskih stanj, poškodb in zastrupitev. Prizadeti so lahko živčevje, prebavila, srčno-žilni sistem, pa tudi drugi organi in tkiva, povečano je tudi tveganje za razvoj nekaterih rakavih obolenj. Nekatera bolezenska stanja se razvijejo izključno zaradi vpliva alkohola, pri drugih je pitje alkoholnih pijač eden od dodatnih vzrokov obolenja, poškodbe ali smrti. Breme zaradi alkohola ni omejeno le na posledice za zdravje posameznika, raba alkohola povzroča bolečino in trpljenje drugih ljudi ter velike socialne in gospodarske izgube celotni družbi. Po izračunih NIJZ je registrirana poraba alkohola v letu 2021 v Sloveniji znašala 10,62 l čistega alkohola na odraslega prebivalca, starega 15 in več let. Največ alkohola se je popilo z vinom (4,97 l čistega alkohola), sledi pivo (4,23 l), najmanj pa z žganimi pijačami (1,43 l).

V letu 2021 smo imeli zaradi alkohola neposredno pripisljivih vzrokov skupno 890 smrti (692 moških in 198 žensk), kar pomeni, da sta vsak dan v povprečju umrli več kot 2 osebi.

Med umrlimi, zaradi alkohola neposredno pripisljivih vzrokov smrti, je bilo 3,5-krat več moških kot žensk, skoraj polovica (48,5 %) je umrla pred 65. letom starosti, kar predstavlja prezgodnjo umrljivost. Breme umrljivosti zaradi alkohola je še večje, če upoštevamo tudi smrti, katerih posredni vzrok je alkohol.

Razširjenost rabe alkohola v Sloveniji je v nadaljevanju prikazana na osnovi registrirane porabe čistega alkohola na prebivalca, starega 15 in več let, umrljivosti v povezavi z rabo alkohola ter pivskih navad prebivalcev. Slednje so prikazane na osnovi dveh populacijskih raziskav, in sicer raziskave Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI) med odraslimi in raziskave Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju (HBSC) med mladostniki. Ponavljanje raziskav v rednih časovnih presledkih nam omogoča spremljanje in ocenjevanje trendov na tem področju.



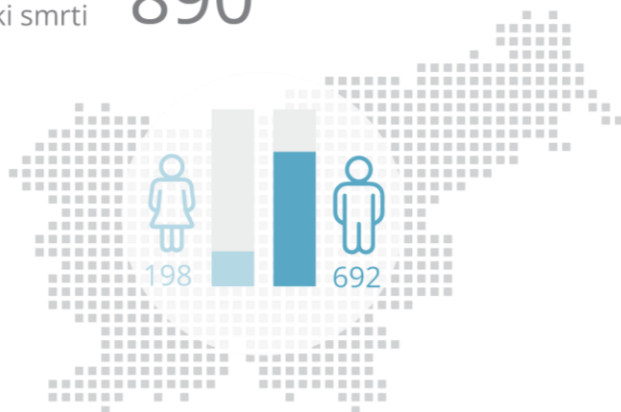
RABA ALKOHOLA

Registrirana poraba alkohola v letu 2021 v Sloveniji je znašala 10,62 l čistega alkohola na odraslega prebivalca, starega 15 in več let.

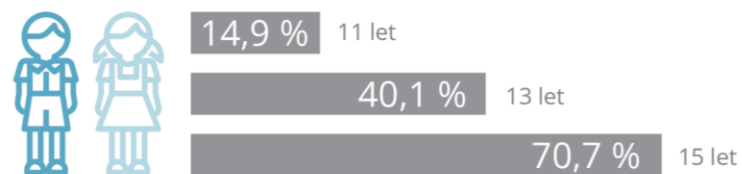


Število smrti zaradi alkohola neposredno pripisljivih vzrokov

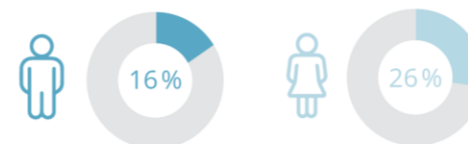
Skupaj vzroki smrti **890**



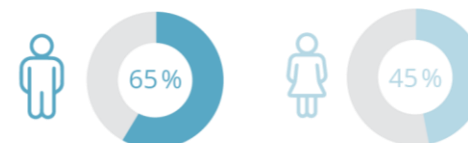
Mladostniki, ki so že kadarkoli v življenju pili alkoholne pijače



Abstinenti (18–74 let)



Prebivalci (18–74 let), ki tvegano ali škodljivo pijejo





3.4 Tabela 1: *Deleži abstinentov in prebivalcev (18–74 let), ki so v zadnjih 12 mesecih alkoholne pijače pili tvegano ali škodljivo, po spolu, Slovenija, 2020*

	%
	2020
Abstinenti	
Moški	16,1
Ženske	25,7
SKUPAJ	20,7
Prebivalci, ki pijejo tvegano ali škodljivo¹⁾	
Moški	64,8
Ženske	45,1
SKUPAJ	55,3

Ženske so abstinirale 1,6-krat pogosteje.

Moški 1,4-krat pogosteje kot ženske pijejo tvegano ali škodljivo.

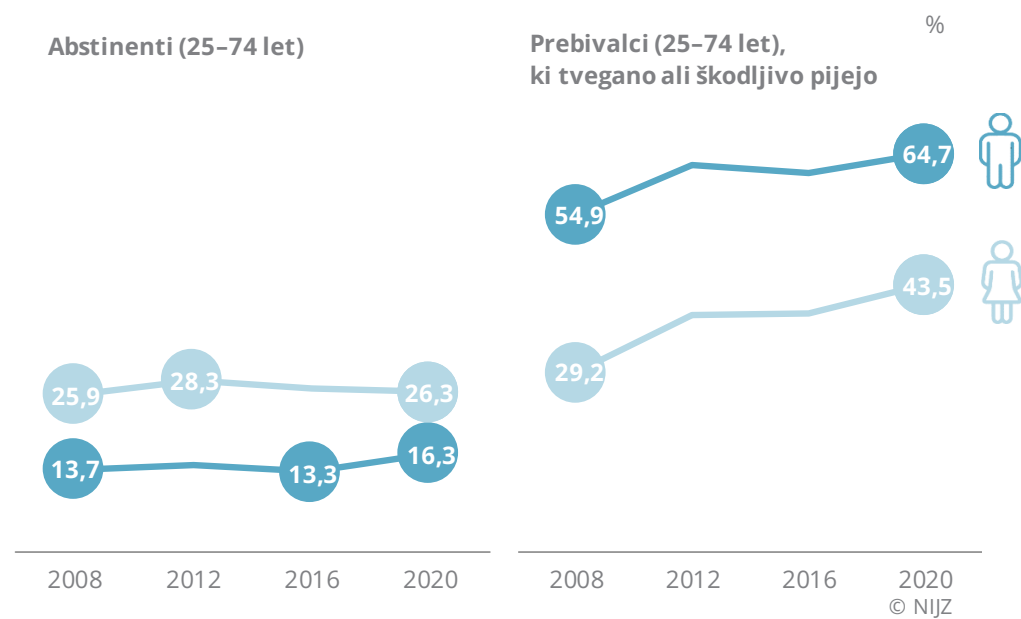
¹⁾ Ženske, ki običajno popijejo več kot 10 g čistega alkohola dnevno in/ali najmanj 1-krat v letu ob posamezni pivski priložnosti 40 g in več, ter moški, ki običajno popijejo več kot 20 g čistega alkohola dnevno in/ali najmanj 1-krat v letu ob posamezni pivski priložnosti 60 g in več
 Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2020

Podatki za leto 2020 kažejo, da 20,7 % prebivalcev Slovenije, starih 18–74 let, v zadnjih 12 mesecih ni pilo alkoholnih pijač. Delež abstinentov, starih 25–74 let, je leta 2020 v primerjavi z letom 2008 višji pri moških, pri ženskah pomembnih razlik med letoma ni bilo.

55,3 % prebivalcev Slovenije, starih 18–74 let, je v zadnjem letu vsaj enkrat pilo tvegano ali škodljivo. Delež je leta 2020 v primerjavi z letom 2008 višji, kar velja tako za moške kot ženske, stare 25–74 let. Porast gre predvsem na račun porasta v deležu prebivalcev, ki običajno ne pijejo čez dnevno mejo manj tvegane pitja, so se pa najmanj enkrat v zadnjem letu opili.



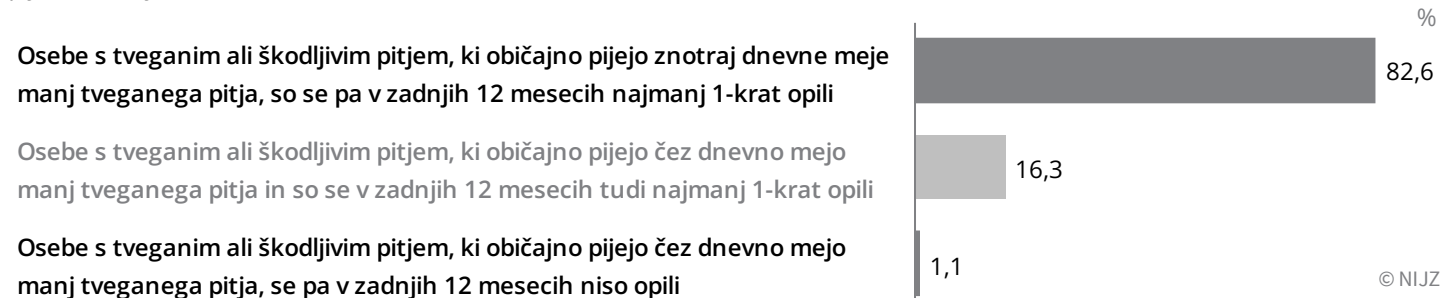
3.4 Slika 1: *Deleži abstinentov in prebivalcev (25–74 let), ki so v zadnjih 12 mesecih alkoholne pijače pili tvegano ali škodljivo, po spolu, Slovenija, 2008, 2012, 2016 in 2020*



Viri: Raziskava CINDI – Z zdravjem povezana vedenja, 2008, 2012, 2016 in 2020



3.4 Slika 2: **Deleži prebivalcev (18–74 let), ki so v zadnjih 12 mesecih alkoholne pijače pili tvegano ali škodljivo, glede na način tveganega ali škodljivega pitja alkoholnih pijač, Slovenija, 2020**



Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2020

Med vsemi osebami s tveganim ali škodljivim pitjem alkohola je največ, kar 82,6 %, takih, ki sicer redno ne presegajo dnevne meje manj tveganega pitja alkohola, se pa enkrat ali pogosteje na leto opijejo. Njihov delež je med ženskami višji kot med moškimi.

Delež tistih, ki redno ne presegajo dnevne meje manj tveganega pitja alkohola, se pa enkrat ali pogosteje na leto opijejo, je leta 2020 v primerjavi z letom 2008 višji, tako pri moških kot ženskah.

3.4 Tabela 2: **Deleži prebivalcev (25–74 let), ki običajno pijejo znotraj dnevne meje manj tveganega pitja, so se pa v zadnjih 12 mesecih najmanj enkrat opili, po spolu, v letih 2008, 2012, 2016 in 2020**



Viri: Raziskava z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2008, 2012, 2016 in 2020



3.4 Tabela 3: *Deleži mladostnikov, ki so že pili alkoholne pijače ali so že bili opiti po spolu, pri starostih 11, 13 in 15 let, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014 in 2018*

	Pil/-a alkoholne pijače kadarkoli v življenju ¹⁾					Pil/-a alkoholne pijače vsaj enkrat tedensko					V življenju opiti vsaj dvakrat					%
	2002	2006	2010	2014 ²⁾	2018	2002	2006	2010	2014	2018	2002	2006	2010	2014	2018	
11 let																
Fantje	-	-	-	23,7	20,5	4,8	5,2	3,2	6,0	2,7	6,0	4,8	1,9	1,6	2,0	
Dekleta	-	-	-	12,8	9,1	1,2	1,8	1,4	3,8	2,3	2,1	1,4	0,9	0,9	0,4	
SKUPAJ	-	-	-	18,4	14,9	3,0	3,5	2,3	4,9	2,5	4,1	3,1	1,4	1,2	1,2	
13 let																
Fantje	-	-	-	49,1	44,2	9,8	11,6	10,3	9,8	7,4	16,0	15,0	14,7	7,4	5,8	
Dekleta	-	-	-	39,1	36,0	4,2	7,0	4,3	4,1	2,7	6,6	8,7	5,4	4,3	3,6	
SKUPAJ	-	-	-	44,0	40,1	6,9	9,3	7,4	6,9	5,1	11,2	11,8	10,2	5,8	4,7	
15 let																
Fantje	-	-	-	80,1	71,0	32,8	35,5	33,1	17,8	16,7	44,4	43,5	45,0	32,6	27,4	
Dekleta	-	-	-	81,1	70,3	19,8	20,9	20,3	10,7	11,5	33,7	26,9	36,3	28,3	25,8	
SKUPAJ	-	-	-	80,6	70,7	26,5	28,2	26,7	13,9	14,3	39,2	35,2	40,7	30,3	26,6	

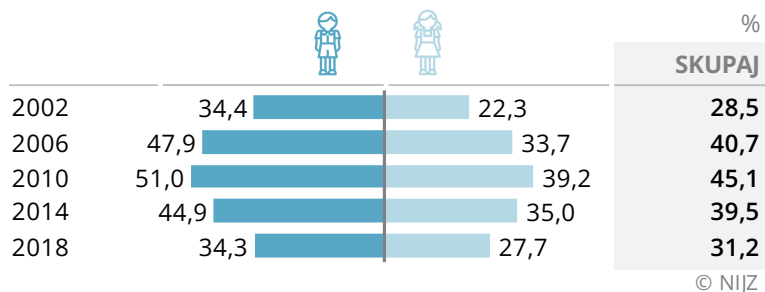
¹⁾ Odstotek mladostnikov, ki so na vprašanje »Koliko dni (če sploh) si pil/-a alkoholne pijače – kadarkoli v življenju?« odgovorili s katerimkoli drugim odgovorom razen nikoli (vsi možni odgovori: nikoli; 1–2 dni; 3–5 dni; 6–9 dni; 10–19 dni; 20–29 dni; 30 dni ali več).

²⁾ Vprašanje je bilo mladostnikom prvič zastavljeno v letu 2014.

Viri: Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC), 2002, 2006, 2010, 2014, 2018



3.4 Tabela 4: *Delež mladostnikov, starih 15 let, ki so prvič v življenju pili alkoholne pijače pri starosti 13 let ali manj, po spolu, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014, 2018*



Viri: Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC), 2002, 2006, 2010, 2014, 2018

Podatki za leto 2018 kažejo, da je alkoholne pijače vsaj enkrat v življenju že pilo 14,9 % 11-letnikov, 40,1 % 13-letnikov in 70,7 % 15-letnikov. 2,5 % 11-letnikov, 5,1 % 13-letnikov in 14,3 % 15-letnikov je pilo alkoholne pijače vsaj enkrat tedensko; dober odstotek 11-letnikov, 4,7 % 13-letnikov in 26,6 % 15-letnikov pa je bilo v življenju opitih vsaj dvakrat.

V letu 2018 je **31,2 %** 15-letnikov poročalo, da so prvič pili alkoholno pijačo pri starosti 13 let ali manj; tako je poročalo več fantov kot deklet.

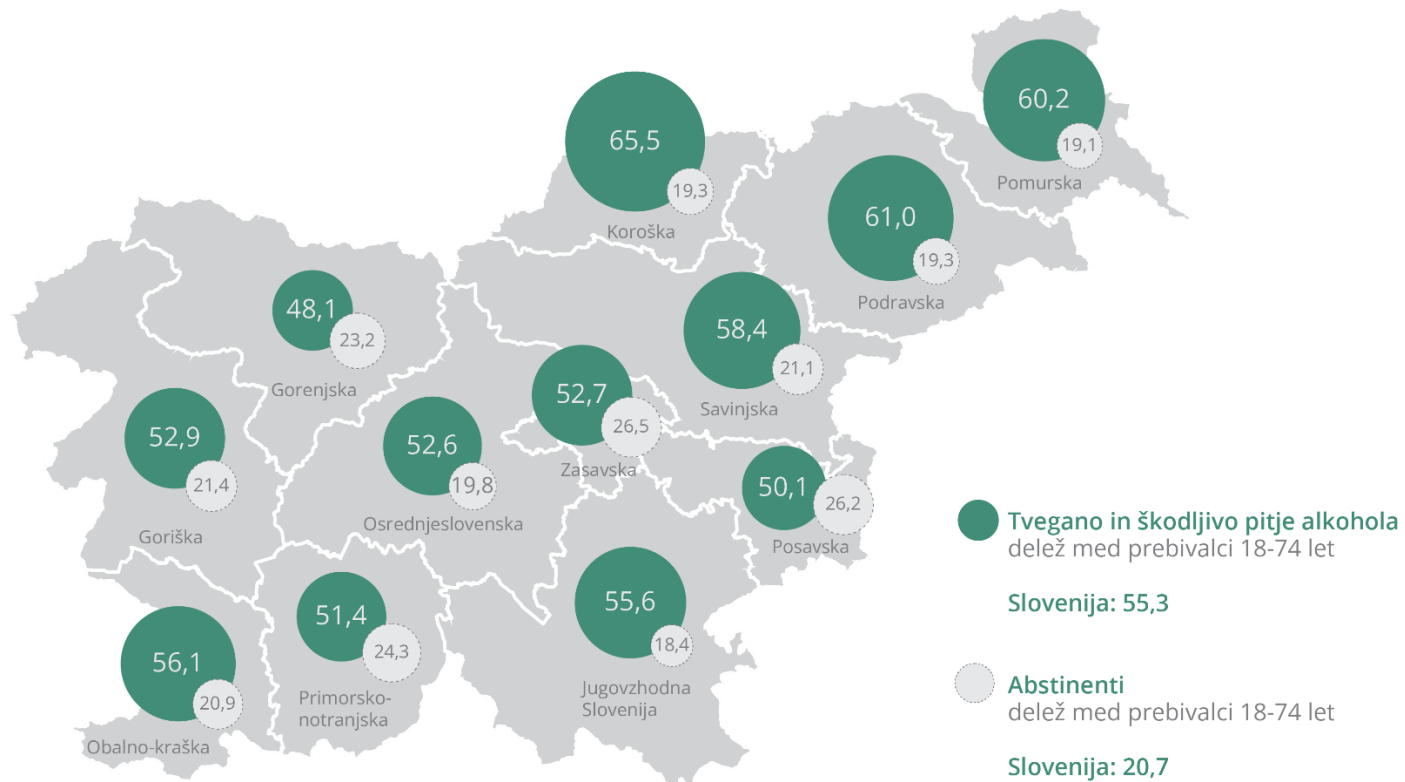
Fantje so pili alkoholne pijače in se opijali pogosteje kot dekleta, a se razlike med spoloma s starostjo zmanjšujejo.

V obdobju 2002–2018 se je znižal delež 13- in 15-letnikov, ki so pili alkohol vsaj enkrat tedensko, znižal se je tudi delež 11-, 13- in 15-letnikov, ki so bili v življenju vsaj dvakrat opiti



REGIONALNE PRIMERJAVE

3.4 Slika 3: *Deleži prebivalcev (18-74), ki so v zadnjih 12 mesecih pili tvegano ali škodljivo, ter deleži abstinentov (18-74), po statističnih regijah, Slovenija, 2020*



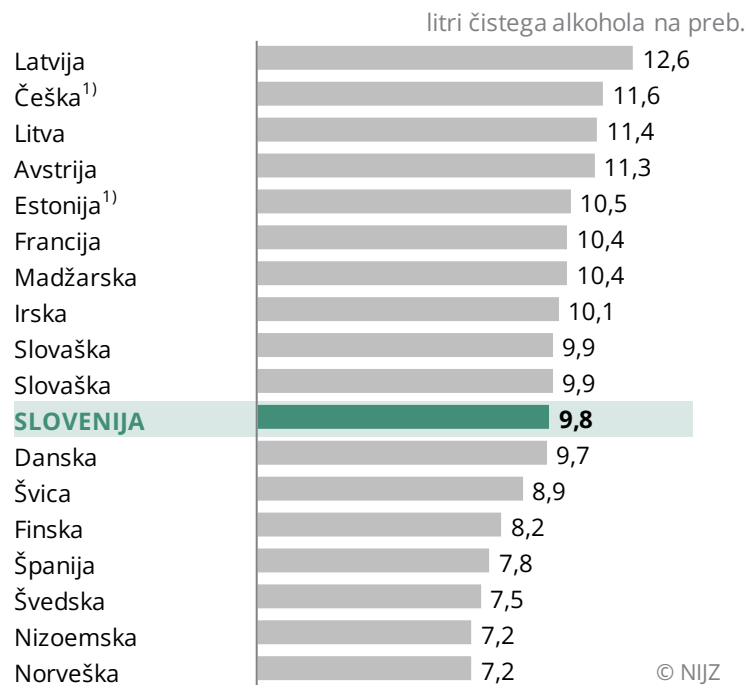
Viri: Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog (CINDI), 2020

Glede na slovensko povprečje odstopajo: podravska in koroška statistična regija po višjem deležu ter gorenjska statistična regija po nižjem deležu prebivalcev, ki pijejo tvegano ali škodljivo. Deleži abstinentov v nobeni statistični regiji ne odstopajo od slovenskega povprečja.



MEDNARODNE PRIMERJAVE

3.4 Slika 4: **Registrirana poraba alkohola v litrih čistega alkohola na prebivalca, starega 15 in več let, Slovenija in nekatere evropske države, 2020**



¹⁾ Razlika v metodologiji.

Viri: OECD, <https://stats.oecd.org>, 17. 10. 2022

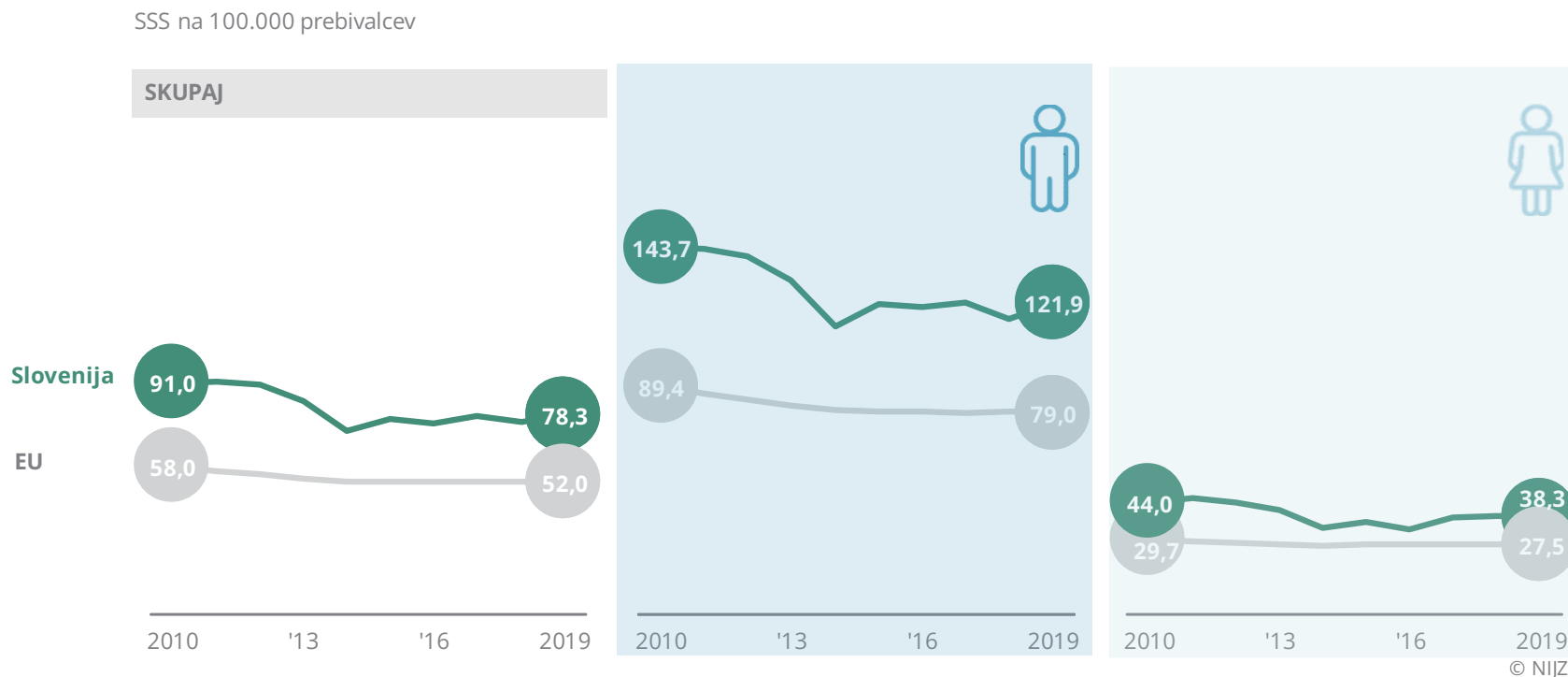
Povprečna registrirana poraba alkohola v Sloveniji je v obdobju 2013–2021 znašala 10,45 litra čistega alkohola na odraslega prebivalca, starega 15 in več let, najnižja je bila leta 2013, to je 9,53 litrov, najvišja pa leta 2015, in sicer 11,49 litrov.

Primerjava v registrirani porabi alkohola v letu 2020 med Slovenijo in nekaterimi evropskimi državami prikazuje, da se **Slovenija uvršča med države z zelo visoko registrirano porabo alkohola.**

V istem obdobju smo imeli v Sloveniji skupno 8.009 smrti zaradi alkohola neposredno pripisljivih vzrokov smrti (to so tisti vzroki smrti, ki so 100-odstotno povezani z alkoholom), v povprečju to predstavlja 890 umrlih oseb na leto.



3.4 Slika 5: **Starostno standardizirana stopnja umrljivosti zaradi izbranih z alkoholom povezanih vzrokov smrti¹⁾ po spolu, Slovenija in povprečje EU, 2010–2019**



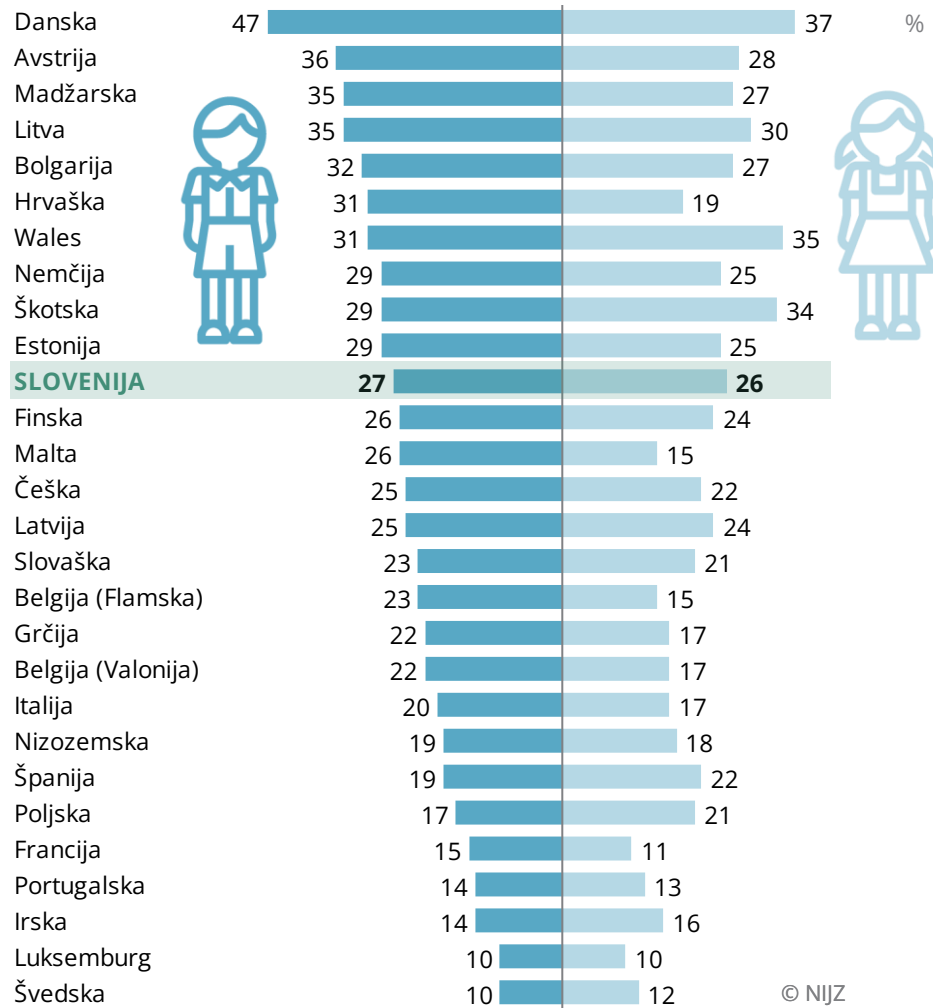
¹⁾Vključeni so naslednji vzroki: rak grla in požiralnika, sindrom odvisnosti od alkohola, kronična jetrna bolezen in ciroza, vsi zunanji vzroki.

Viri: https://gateway.euro.who.int/en/indicators/hfa_293-1970-sdr-selected-alcohol-related-causes-per-100-000/visualizations/#id=19230&tab=table, 24. 04. 2023

Umrljivost zaradi izbranih z alkoholom povezanih vzrokov smrti je v Sloveniji v obdobju 2010-2019 **preseгла povprečje EU** in je bila v celotnem obdobju **višja pri moških kot pri ženskah, tako v EU kot v Sloveniji**.



3.4 Slika 6: **Delež mladostnikov, starih 15 let, ki so bili v življenju že vsaj dvakrat opiti**, po spolu, Slovenija in nekatere države EU, 2018



Slovenija se po deležu mladostnikov, starih 15 let, ki so bili v življenju že vsaj dvakrat opiti, uvršča nad mednarodno povprečje.

© NIJZ

Viri: HBS, <http://www.hbsc.org/publications/international>, 03. 02. 2021



DEFINICIJE

OKRAJŠAVA	NAZIV	DEFINICIJA	DODATNA POJASNILA	ANG IZRAZ
	Abstinenti	Abstinenti so tisti, ki v zadnjih 12 mesecih niso pili alkoholnih pijač; 0 g alkohola/dan.	Definicija velja za raziskavo CINDI.	Abstainers
	Tvegano ali škodljivo pitje alkoholnih pijač	Prebivalci, ki pijejo tvegano ali škodljivo, so tisti, ki: a) običajno presega dnevno mejo manj tvegane pitja alkohola*, in/ali b) so se v zadnjem letu vsaj enkrat opili**. *Za ženske več kot 10 gramov čistega alkohola na dan; za moške več kot 20 g čistega alkohola na dan. **Za ženske 40 gramov čistega alkohola ali več vsaj enkrat v zadnjih 12 mesecih ob eni priložnosti; za moške 60 gramov čistega alkohola ali več vsaj enkrat v zadnjih 12 mesecih ob eni priložnosti.	Definicija velja za raziskavo CINDI. <i>10 gramov čistega alkohola je v 1 dl vina ali v 2,5 dl piva ali v 0,3 dl žganja.</i>	Hazardous or harmful drinking
	Registrirana poraba čistega alkohola	Registrirana poraba alkohola je izračun porabe čistega alkohola (v litrih) na prebivalca, starega 15 in več let.	Pri izračunu se upoštevajo podatki o industrijski proizvodnji alkoholnih pijač (vino, pivo in žgane pijače), proizvodnji na kmetijah, uvozu in izvozu ter zalogah alkoholnih pijač.	Recorded per capita (15+) consumption (in litres of pure alcohol)
CINDI	Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog	Raziskava Z zdravjem povezan vedenjski slog je bila izvedena med odraslimi prebivalci Slovenije v letih 2001, 2004, 2008, 2012, 2016 in 2020. Njen namen je odkrivanje razširjenosti in medsebojne povezanosti dejavnikov tveganja za nenalezljive bolezni pri odraslih, in sicer glede kadilskih, pivskih, prehranjevalnih in gibalnih navad, pa tudi glede obnašanja v zvezi z varnostjo v cestnem prometu in glede koriščenja nekaterih zdravstvenih storitev. Na osnovi zbranih podatkov bo lažje oblikovati prihodnje programe za izboljšanje zdravja vseh prebivalcev Slovenije, podatki pa so v pomoč tudi pri smiselnem načrtovanju preventivnih zdravstvenih aktivnosti.	Vzorčni okvir za pripravo vzorca je predstavljal Centralni register prebivalstva. Vzorec je pripravil Statistični urad Republike Slovenije na podlagi stratificiranega enostavnega slučajnega vzorčnega načrta. V vzorec je bilo vključenih 17.500 prebivalcev Slovenije, ki so bili na dan začetka anketiranja stari od 18 do vključno 74 let. Terenska faza ankete je potekala od 11. maja do konca julija 2020. Končna skupna stopnja odgovora v raziskavi je bila 49,7 %, pri čemer je stopnja odgovora po pošti dosegla 24,9 %, stopnja odgovora po spletu pa 24,8 %. V primerjavi z letom 2016 se je stopnja odzivnosti po spletu pomembno zvišala, in sicer kar za 12,6 %, kar pomeni, da s spletnim načinom anketiranja dosežemo vedno širši del populacije. Pri analizi trendov so bili prebivalci v starosti 18–24 let zaradi primerljivosti s podatki iz let 2008, 2012 in 2016 izključeni. Podatki za leto 2020 bodo objavljeni v publikaciji na spletni strani NIJZ.	CINDI Health Monitor Survey



OKRAJŠAVA	NAZIV	DEFINICIJA	DODATNA POJASNILA	ANG IZRAZ
HBSC	Raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju	Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju je mednarodna raziskava, ki poteka vsaka štiri leta. Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) jo je izvedel v letih 2002, 2006, 2010, 2014 in 2018. Mednarodni vprašalnik obsega niz obveznih vprašanj o demografskih, vedenjskih in psihosocialnih vidikih zdravja. Poleg teh lahko sodelujoče države dodajo še določeno število opcijskih vprašanj, s pomočjo katerih je mogoče natančneje opazovati posamezna vsebinska področja. Obvezna vprašanja obsegajo naslednja vsebinska področja: demografija, prehranske navade, hujšanje in telesna samopodoba, telesna dejavnost, sedeča vedenja, tvegana vedenja, spolno zdravje, poškodbe in nasilje, družina, vrstniki, šola, zdravje in počutje, družbene neenakosti.	Uporabljena je bila kvantitativna metoda raziskovanja – anketa s standardiziranim mednarodnim vprašalnikom. Reprezentativni vzorec je zajel všolane slovenske 11-, 13- in 15-letnike. Enota vzorčenja je bil razred oziroma oddelek. Vzorčenje je bilo dvostopenjsko stratificirano. Anketiranje je bilo izvedeno v času pouka, in sicer v šolskih učilnicah izbranih šol. Število sodelujočih učencev in dijakov v letu 2018 je bilo 7.449. Mednarodna poročila so dostopna na tej povezavi: https://hbsc.org/publications/reports/Podatki za leta 2002, 2006, 2010, 2014 in 2018 so javno objavljeni v poročilih na spletni strani NIJZ: https://nijz.si/podatki/podatkovne-zbirke-in-raziskave/raziskava-z-zdravjem-povezano-vedenje-v-solskem-obdobju-hbsc-2018/	Healthbehaviour in school-agedchildren
SSS	Starostno standardizirana stopnja umrljivosti	Starostno standardizirana stopnja umrljivosti (SDR) je metoda direktne standardizacije, kjer se izračun stopnje umrljivosti na 100.000 prebivalcev, razdeljen po petletnih starostnih skupinah, umeri s preračunom na standardno populacijo, kar izniči razlike v populaciji glede starosti prebivalstva posameznih držav/regij/teritorija. Ta postopek omogoči neposredno primerjavo stopenj umrljivosti po posameznih državah, ne glede na razlike v starostni strukturi prebivalstva posamezne države.	Pri izračunu SSS se uporablja Evropska standardna populacija (ESP) Svetovne zdravstvene organizacije (1976) Več informacij: http://health.gov.ie/wp-content/uploads/2014/03/WHO-Standard-Population.pdf	Standardized death rate (SDR)



SEZNAM SLIK

3.4 Slika 1: Deleži abstinentov in prebivalcev (25–74 let), ki so v zadnjih 12 mesecih alkoholne pijače pili tvegano ali škodljivo , po spolu, Slovenija, 2008, 2012, 2016 in 2020	5
3.4 Slika 2: Deleži prebivalcev (18–74 let), ki so v zadnjih 12 mesecih alkoholne pijače pili tvegano ali škodljivo , glede na način tveganega ali škodljivega pitja alkoholnih pijač, Slovenija, 2020	6
3.4 Slika 3: Deleži prebivalcev (18-74), ki so v zadnjih 12 mesecih pili tvegano ali škodljivo, ter deleži abstinentov (18-74) , po statističnih regijah, Slovenija, 2020	9
3.4 Slika 4: Registrirana poraba alkohola v litrih čistega alkohola na prebivalca, starega 15 in več let , Slovenija in nekatere evropske države, 2020	10
3.4 Slika 5: Starostno standardizirana stopnja umrljivosti zaradi izbranih z alkoholom povezanih vzrokov smrti¹⁾ po spolu, Slovenija in povprečje EU, 2010–2019	11
3.4 Slika 6: Delež mladostnikov, starih 15 let, ki so bili v življenju že vsaj dvakrat opiti , po spolu, Slovenija in nekatere države EU, 2018	12

SEZNAM TABEL

3.4 Tabela 1: Deleži abstinentov in prebivalcev (18–74 let), ki so v zadnjih 12 mesecih alkoholne pijače pili tvegano ali škodljivo , po spolu, Slovenija, 2020.....	4
3.4 Tabela 2: Deleži prebivalcev (25–74 let), ki običajno pijejo znotraj dnevne meje manj tveganega pitja, so se pa v zadnjih 12 mesecih najmanj enkrat opili , po spolu, v letih 2008, 2012, 2016 in 2020.....	6
3.4 Tabela 3: Deleži mladostnikov, ki so že pili alkoholne pijače ali so že bili opiti po spolu, pri starostih 11, 13 in 15 let, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014 in 2018..	7
3.4 Tabela 4: Delež mladostnikov, starih 15 let, ki so prvič v življenju pili alkoholne pijače pri starosti 13 let ali manj , po spolu, Slovenija, 2002, 2006, 2010, 2014, 2018.....	8