

Coronapandemin och alkoholvanor

En prognos om kort- och långsiktiga effekter

Coronapandemin kan påverka folkhälsan i befolkningen, både på kort och lång sikt. I den här rapporten sammanfattar Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin (CES) pandemins potentiella effekter på alkoholvanorna samt möjliga risker med alkohol från ett smittskyddsperspektiv. Alkoholkonsumtion kan såväl öka risken för smitta och för att en covid-19-infektion får ett mer allvarligt förlopp. Den sociala isoleringen som coronapandemin för med sig, med effekter som nedstämdhet, stress och oro, riskerar att öka alkoholkonsumtion och riskdrickande, framför allt bland dem som drabbas av ekonomisk nedgång och arbetslöshet. I samhället i stort tenderar däremot en ekonomisk nedgång att minska den totala alkoholkonsumtionen, troligtvis på grund av minskade inkomster.

Bakgrund

Alkoholkonsumtion är en av de faktorer som bidrar mest till sjukdomsburden och förtida död i Sverige. Alkoholkonsumtion kan orsaka fysiska och psykiska skador samt ge sociala konsekvenser för både den som dricker och för personer i dess omgivning (1). Det är, av flera anledningar, viktigt att undersöka vilka eventuella konsekvenser coronapandemin har på ekonomi och samhällsliv och därmed även på alkoholvanorna i Sverige.

Försämrad resistens

Alkoholkonsumtion minskar kroppens förmåga att försvara sig från bakterier och virus, samt dämpar effekten av vaccinationer (2). Vad gäller infektioner i lungorna, ökar alkoholkonsumtion risken även med andra mekanismer, till exempel genom att dämpa hostans reflex som hjälper till att driva ut bakterier och virus (3). Det finns stark evidens för att återkommande alkoholdrickande ökar risken för lunginflammation, och att risken ökar med ökad konsumtion (4).

Ökad risk för smitta

Alkoholkonsumtion ökar också risken för högt blodtryck (5), som enligt preliminära data kan innebära en ökad risk för allvarlig sjukdom vid smitta (6). När man är berusad av alkohol tar man större risker. Det kan leda till att man har svårare att följa smittskyddsråd, såsom att hålla social distans eller god handhygien, vilket innebär en ökad risk för smitta. Det generella rådet att minimera alkoholkonsumtionen för bästa möjliga hälsa är därmed särskilt relevant under coronapandemin.

Kortsiktiga effekter på alkoholvanor

Stress en riskfaktor för alkoholkonsumtion

Det är vanligt att människor känner oro, stress eller nedstämdhet under en kris

(7, 8). Stress är en riskfaktor för ökad alkoholkonsumtion. Exempel på stressfyllda händelser är dödsfall och sjukdom i familjen, förlust av arbete och katastrofer, exempelvis terroråd och naturkatastrofer (8–10). Att hantera stress och oro med hjälp av alkohol kan ge kortvariga positiva känslor men ökar risken för långsiktiga fysiska och psykiska problem inklusive alkoholberoende (8).

Ökad risk för våld i hemmet

Berusningsdrickande eller tillfällig stor konsumtion ökar risken för kortsiktiga negativa effekter, särskilt för personer i omgivningen. Studier visar till exempel att upp till 50 procent av personer som har en nära relation med en storkonsument av alkohol blivit negativt påverkad på ett fysiskt eller psykiskt sätt (11). Risk för våld i nära relationer har visat sig öka i situationer där isolering och stress förekommer (12), och alkohol kan utgöra ett bidragande faktor.

En nyutkommen studie visar att personer i karantän kan uppleva ångest, depression och stressymtom. Dessa symtom kan mildras, bland annat genom olika kontaktåtgärder, motivering till orsaker till karantänen och att frivillig karantän kan vara fördelaktig (13). I dagsläget har Sverige inga planer på att införa strikt karantän, men social isolering kan påverka den psykiska ohälsan negativt (14). Folkhälsomyndighetens uppmaning om att äldre ska begränsa sina nära kontakter och införandet av besöksförbud på äldreboenden (15, 16) kan eventuellt bidra till ökad social isolering.

Systembolaget ser en ökad försäljning

Systembolaget rapporterade en ökning av sin försäljning med cirka tio procent de tre första veckorna i mars jämfört med samma period år 2019, vilket motsvarar drygt tre miljoner mer liter vin, sprit och öl (17). Denna ökning betyder inte nödvändigtvis ökad konsumtion, eftersom den kan förklaras av de restriktioner som regeringen infört, vilket sannolikt medfört att fler människor valt att dricka alkohol hemma i stället för att besöka barer och restauranger (17, 18). Att gränserna mot Danmark och Tyskland för tillfället är stängda och att Finlandsfärjorna är inställda kan också påverka försäljningssiffrorna.

Långsiktiga effekter på alkoholvanor

Den pågående coronapandemin har påverkat den globala ekonomin negativt. De ekonomiska följderna förväntas bli minst lika stora som under finanskriserna år 1990–1994 och 2008–2009 (19, 20).

Konsumtionen tros minska generellt men öka i vissa grupper

Sambanden mellan alkoholkonsumtion och ekonomiska kriser inte är helt enkla och tydliga (21, 22). Flera vetenskapliga studier visar att den totala alkoholkonsumtionen i en befolkning oftast har minskat under en finanskris, medan den ökat i vissa grupper, främst genom intensivkonsumtion (dvs berusningsdrickande) (22–28).

Män och arbetslösa särskilt utsatta

Ökningen i alkoholkonsumtion och intensivkonsumtion har setts framför allt bland arbetslösa, och särskilt män. Att vara utan arbete en längre period ökar sannolikheten för riskfyllt drickande senare i livet (24). Personer som blir arbetslösa under en ekonomisk kris löper högre risk för alkoholrelaterad dödlighet, detta har även observerats i Sverige i samband med finanskrisen 1990–1994 (29–31).

Vidare visar studier att arbetslösa i Sverige har en högre risk att senare drabbas av alkoholrelaterade sjukdomar (30, 32). I Finland har den alkoholrelaterade dödligheten som helhet ökat i högkonjunktur, på grund av högre alkoholkonsumtion, och minskat i lågkonjunktur (33, 34). Sambanden har dock varierat mellan olika grupper.

Sämre privatekonomi kan förklara minskad konsumtion

En förklaring till nedgången av den sammanlagda alkoholkonsumtionen under finanskriser är att människor har mindre pengar att spendera medan ökningen kan förklaras med att människor försöker dämpa sin oro, stress och ångest över sin ekonomiska situation med hjälp av alkohol (22).

Arbetslöshet kan även bidra till förlust av social status och relationer, vilket kan leda till ökat alkoholintag (22). Den psykiska ohälsan, som är associerad med alkohol, ökar under ekonomiska kriser och drabbar främst låginkomsttagare, arbetslösa och personer med kort utbildning (14, 35).

Möjligheten till arbete viktig för att minska negativa effekter

De negativa ekonomiska effekterna som coronapandemin förväntas orsaka kan mildras av ett starkt välfärdssamhälle och en aktiv arbetsmarknadspolitik som strävar efter att människor behåller eller återfår sina arbeten (14). Internationella jämförelser har visat att de psykiska och hälsorelaterade effekterna av ekonomisk kris är lägre i samhällen med starkare skyddsnet och satsningar på välfärd (28, 36).

Regeringen har presenterat flera ekonomiska stödpaket till företag och anställda för att minska antalet varsel, uppsägningar och företagskonkurser (18). Dessa stödpaket kan, tillsammans med att Sverige har en fortsatt stark välfärds- och alkoholpolitik, bromsa den eventuella ökningen av berusningsdrickande och alkoholrelaterad sjuk- och dödlighet bland arbetslösa som tidigare setts i samband med ekonomiska kriser (14, 22–32). Vidare är det viktigt att behandlingscentrum, vård och stöd för alkoholmissbruk och beroende finns tillgängligt under en finanskris (23, 27).

Sammanfattning

Den pågående coronapandemin påverkar ekonomin negativt vilket kan minska den genomsnittliga alkoholkonsumtionen på befolkningsnivå både på kort och lång sikt. Däremot kan social isolering, oro, stress och ångest orsaka ökad alkoholkonsumtion samt riskdrickande framför allt bland dem som drabbas hårdast ekonomiskt, till exempel arbetslösa.

En ökad alkoholkonsumtion kan dessutom på kort sikt ha allvarliga negativa konsekvenser, dels på sjukdomsförloppet bland personer som drabbas av en covid-19-infektion, dels på den sociala omgivningen.

Rekommendationer till beslutsfattare

Här är några viktiga råd och vetskaper som kan vara behjälpliga för beslutsfattare:

- Arbeta för ett starkt välfärdssamhälle och en aktiv arbetsmarknadspolitik som strävar efter att människor behåller eller återfår sina arbeten. Det kan mildra de ekonomiska konsekvenserna av coronapandemin och på sätt även de negativa alkoholrelaterade effekterna.

- Säkerställ att behandlingscentrum, vård och stöd för alkoholmissbruk och beroende finns tillgängligt.

Råd till allmänheten

Det finns hjälp att få

Det är många som just som nu känner sig oroliga, stressade eller nedstämda i samband med utbrottet i coronaviruset covid-19 och den situation som uppstått. Det är helt begripligt och kan också göra att suget efter alkohol ökar eller att det blir extra kämpigt att hålla alkoholvanorna i schack.

Eftersom alkohol har en bedövande effekt kan det för stunden kännas lugnande att dricka, men i längden riskerar du att drabbas av flera negativa effekter. Att prata med någon som lyssnar till din oro kan vara hjälpsamt. På Alkohollinjen kan du prata om vilka alternativ just du har för att hantera situationen.

Kontaktuppgifter till Alkohollinjen

Telefon: 020-84 44 48

Telefontider: måndag–torsdag kl. 11–19, fredag kl. 11–16

Om du föredrar stöd via nätet, kan du i stället besöka alkoholhjalpen.se

Referenser

1. Folkhälsomyndigheten. Alkoholens skadeverkningar. Uppdaterad 2020-01-09. Hämtad 2020-03-30 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/livsvillkor-levnadsvanor/alkohol-narkotika-dopning-tobak-och-spel-andts/alkohol/skadeverkningar/>
2. Pasala S, Barr T, Messaoudi I. Impact of Alcohol Abuse on the Adaptive Immune System. *Alcohol research : current reviews*. 2015;37(2):185-97.
3. Sanz Herrero F, Blanquer Olivas J. Microbiology and risk factors for community-acquired pneumonia. *Semin Respir Crit Care Med*. 2012;33(3):220-31.
4. Simou E, Britton J, Leonardi-Bee J. Alcohol and the risk of pneumonia: a systematic review and meta-analysis. *BMJ Open*. 2018;8(8):e022344.
5. Puddey, I.B., Mori, T.A., Barden, A.E. et al. Alcohol and Hypertension—New Insights and Lingering Controversies. *Curr Hypertens Rep* 21, 79 (2019). <https://doi-org.proxy.kib.ki.se/10.1007/s11906-019-0984-1>
6. Guan W, Ni Z, Hu Y, et al. Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China. *N Engl J Med* 2020; published online Feb 28. DOI:10.1056/NEJMoa2002032.
7. World Health Organization. Coping with stress during the 2019-nCoV outbreak. Hämtad 2020-03-29 från https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/coping-with-stress.pdf?sfvrsn=9845bc3a_2
8. National Institute on Alcohol Abuse (2012). The link between stress and alcohol. *Alcohol Arlet Number* 85. Hämtad 2020-04-01 från <https://pubs.niaaa.nih.gov/publications/AA85/AA85.htm>
9. Keyes KM, Hatzenbuehler ML, Hasin DS. Stressful life experiences, alcohol consumption, and alcohol use disorders: the epidemiologic evidence for four main types of stressors. *Psychopharmacology (Berl)* 2011;218:1-17.
10. Grzywacz JG, Almeida DM. Stress and binge drinking: A daily process examination of stressor pile-up and socioeconomic status in affect regulation

- cope with stress. *Int J Stress Manag* 2008;15:364-380.
11. Ramstedt M, Sundin E, Moan IS, Storrøll EE, Lund IO, Bloomfield K, et al. Harm Experienced from the Heavy Drinking of Family and Friends in the General Population: A Comparative Study of Six Northern European Countries. *Subst Abuse*. 2015;9(Suppl 2):107-18.
 12. Bradbury-Jones C, Isham L. The pandemic paradox: the consequences of COVID-19 on domestic violence. *J Clin Nurs*. 2020 Apr 12. doi: 10.1111/jocn.15296. [Epub ahead of print]
 13. Brooks SK, Webster RK, Smith LE et al. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet* 2020;395:912-20.
 14. World Health Organization (2011). Impact of economic crises on mental health. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe.
 15. Folkhälsomyndigheten. Du som är 70 år eller äldre. Hämtad 2020-04-01 från <https://www.folkhalsomyndigheten.se/contentassets/46489fed663042a4be208d2db73d74be/faktablad-covid-19-70-ar-svenska-20033.pdf>
 16. Socialdepartementet. Nationellt besöksförbud på äldreboenden. Publicerad 2020-03-30. Hämtad 2020-04-01 från <https://www.regeringen.se/pressmeddelanden/2020/03/nationellt-besoksforbud-pa-aldreboenden/>
 17. Sveriges radio. Systembolagen ökar försäljningen efter restriktionerna. Publicerad:2020-03-25. Hämtad 2020-03-29 från <https://sverigesradio.se/sida/artikel.aspx?programid=83&artikel=7438431>
 18. Regeringskansliet. Regeringens beslut och initiativ med anledning av nya coronaviruset. Uppdaterad 2020-03-23. Hämtad 2020-03-31 från <https://www.regeringen.se/regeringens-politik/regeringens-arbete-med-anledning-av-nya-coronaviruset/>
 19. Finansdepartementet. Ekonomiska bedömningar av Coronaviruset - Finansminister Magdalena Andersson. Powerpresentation. Hämtad 2020-03-31 från <https://www.regeringen.se/493330/contentassets/b8eae37437c249698466222b86dedee2/presentationbilder-ekonomiska-bedomningar-av-coronaviruset.pdf.pdf>
 20. International Monetary Fund. IMF's Georgieva: COVID-19 Economic Outlook Negative, But Rebound in 2021. Uppdaterat: 2020-03-23. Hämtad 2020-03-30 från: <https://www.imf.org/external/mmedia/view.aspx?vid=6144138845001>
 21. Chalmer J, Ritter A. The business cycle and drug use in Australia: Evidence from repeated cross-sections of individual level data. *Int J Drug Policy*. 2011;22:341-52.
 22. de Goeij MC, Suhrcke M, Toffolutti V et al. How economic crises affect alcohol consumption and alcohol related health problems: a realist systematic review. *Soc Sci & Med* 2015; 131:131-46.
 23. Dom G, Samochowiec J, Evans-Lacko S et al. The Impact of the 2008 Economic Crisis on Substance Use Patterns in the Countries of the European Union. *Int J Environ Res Public Health* 2016;13.
 24. Martin-Moreno JM, Alfonso-Sanchez JL, Harris M et al. The effects of the financial crisis on primary prevention of cancer. *Eur J Cancer* 2010; 46:2525-33.
 25. Margerison-Zilko C, Goldman-Mellor S, Falconi A et al. Health Impacts of the Great Recession A Critical Review. *Curr Epidemiol Rep* 2016;3:81-91.
 26. Dee TS. Alcohol abuse and economic conditions: evidence from repeated cross-sections of individual-level data. *Health Econ* 2001;10:257-70.
 27. Bosque-Prous M, Espelt A, Sordo L et al. Job Loss, Unemployment and the Incidence of Hazardous Drinking during the Late 2000s Recession in Europe among Adults Aged 50-64 Years. *PLoS One* 2015;10:e0140017.

28. Stuckler D, Basu S, Suhrcke M et al. The public health effect of economic crises and alternative policy responses in Europe: an empirical analysis. *Lancet* 2009;374;315-23.
29. Garcy AM, Vågerö D. The length of unemployment predicts mortality, differently in men and women, and by cause of death: A six year mortality follow-up of the Swedish 1992–1996 recession. *Soc Sci Med* 2012;74:1911-20.
30. Eliason M. Alcohol-Related Morbidity and Mortality Following Involuntary Job Loss: Evidence From Swedish Register Data. *J Stud Alcohol Drugs* 2014;75:35-46.
31. Vågerö D, Garcy AM. Does unemployment cause long-term mortality? Selection and causation after the 1992–96 deep Swedish recession. *Eur J Public Health* 2016;26:778-83.
32. Thern E, Ramstedt M, Svensson J. Long-term effects of youth unemployment on alcohol-related morbidity. *Addiction* 2020;115:418-425.
33. Johansson E, Böckerman P, Prättälä R et al. Alcohol-related mortality, drinking behavior, and business cycles: are slumps really dry seasons? *Eur J Health Econ*. 2006;7:215–20.
34. Herttua K, Mäkelä P, Martikainen P. Differential trends in alcohol-related mortality: a register-based follow-up study in Finland in 1987–2003. *Alcohol Alcohol* 2007;42:456-64.
35. Rehm J. The Risks Associated With Alcohol Use and Alcoholism. *Alcohol Res Health* 2011;34:135-43.
36. Stuckler D, Basu S, McKee M. Budget crises, health, and social welfare programmes. *BMJ* 2010;24:c3311.

Läs mer

I CES rapportserie om coronapandemins potentiella effekter på folkhälsan utreds även

- fysisk aktivitet
- matvanor
- narkotikabruk
- psykisk hälsa
- rökning
- sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter
- socioekonomiska skillnader.

Du hittar alla rapporter på www.folkhalsoguiden.se/coronapandeminseffekter