



Folkhälsomyndigheten

KUNSKAPSSTÖD FÖR ATT FÖREBYGGA SPELPROBLEM

# Spel om pengar är en folkhälsofråga



# Om broschyren

**Broschyrens syfte** är att visa behovet av att förebygga problem med spel om pengar. Spelproblem är ett folkhälsoproblem som ger negativa hälsomässiga, sociala och ekonomiska konsekvenser. Det gäller personen som spelar men även närstående och samhället i stort.

Genom att lära sig mer om omfattningen av spelproblem i befolkningen, vilka som drabbas och varför de drabbas kan det förebyggande arbetet bli mer effektivt. Särskilt viktigt är kunskaper om barns utsatthet i förhållande till spel om pengar. Ett spelförebyggande arbete som genomförs av aktörer på alla nivåer bidrar till folkhälsopolitikens mål om att skapa samhälleliga förutsättningar för en god och jämlik hälsa i befolkningen. Broschyren är en del av Folkhälsomyndighetens kunskapsstöd om spel om pengar som finns på [spelprevention.se](http://spelprevention.se). Broschyren vänder sig till beslutsfattare och personer som arbetar förebyggande vid myndigheter, kommuner, regioner, ideella föreningar och spelbolag.



Data om statistik i Sverige i denna broschyr är tagna från Swedish longitudinal gambling study (Swelogs), undersökningen om spel, unga och föräldrar (USUF) och nationella folkhälsoenkäten, Hälsa på lika villkor (HLV). Läs mer om undersökningarna på Folkhälsomyndighetens webbplats. På vår kunskapswebb [spelprevention.se](http://spelprevention.se) finns fördjupad kunskap om spel om pengar och förebyggande arbete.

# Spel om pengar är en folkhälsofråga

**Spelproblem är ett** folkhälsoproblem. Det innebär att det är många som påverkas, att det kan ge allvarliga hälsomässiga, sociala och ekonomiska konsekvenser, bidrar till ojämlikhet i hälsa och är möjligt att förebygga.

## Vissa spel är mer riskfyllda än andra

De flesta i Sverige har någon gång spelat om pengar och över hälften av befolkningen 16-84 år har spelat om pengar under det senaste året. Lotterier, nummerspel, bingo och hästspel är de vanligaste spelformerna. Nästan alla spelformer finns idag tillgängliga online, vilket gör spelandet mer lättillgängligt. Fler och fler spelar också online. Spel med hög riskpotential kännetecknas av kort tid mellan satsning, resultat och möjlighet att satsa igen på samma spel. De flesta spel kan ge spelproblem, men vissa innebär högre risk än andra. Mest riskabla är lättillgängliga och snabba spel som spelautomater, kasinospel och spel online.

## Många drabbas av spelproblem

Vid en given tidpunkt beräknas omkring 352 000 personer i Sverige (4,3 procent) ha någon grad av spelproblem (Swelogs 2021). Ungefär 105 000 personer (1,3 procent av befolkningen) har ett problemspelande, varav 40 000 personer har så allvarliga spelproblem att det kan röra sig om ett beroende. Men fler än så drabbas. Ungefär 130 000 personer lever tillsammans med någon som har ett problemspelande. Av dem är 40 000 barn.

Många går i och ur sina spelproblem. Det innebär att över tid ökar andelen personer som har haft spelproblem vid någon tidpunkt.

# Spelproblem påverkar hälsa och ekonomi

**Spelproblemet kan handla** om allt från enstaka negativa konsekvenser för en person som spelar till ett beroende. Spelproblem har samband både med sämre hälsa och sämre ekonomi, och kan dessutom orsaka sociala problem. Problemen påverkar även närstående och samhället i stort.

De personer som slutar ha spelproblem får ofta leva länge med de negativa konsekvenserna. Många drar till exempel på sig stora skulder som de får betala av under flera år, och som påverkar familjens övriga ekonomi.

## Psykisk ohälsa och alkohol

Det finns ett tydligt samband mellan psykisk ohälsa och spelproblem. Risken för allvarliga psykiska besvär ökar ju större spelproblem man har och förvärras över tid. Psykiatriska diagnoser, framför allt i form av ångestsjukdomar och depression, är också vanligt förekommande bland personer med spelproblem. Suicidtankar och suicidförsök är ungefär dubbelt så vanligt bland personer med spelproblem jämfört med personer utan spelproblem. Många med spelproblem har också ekonomiska problem eller skulder, vilket ökar risken för suicid.

Ofta har personer med spelproblem också riskkonsumtion av alkohol, och använder tobak och narkotika. Andelen som har en riskkonsumtion av alkohol är betydligt högre bland personer med än utan spelproblem. Det finns även ett samband mellan graden av spelproblem och alkoholproblem, med större andel med alkoholproblem bland dem med högre grad av spelproblem. Samma mönster återfinns för tobak och cannabis.



## Så mäts spelproblem

**Det finns flera** tecken på att en person har spelproblem. Förekomst och grad av spelproblem kan uppskattas med hjälp av frågor i olika mätinstrument. I Problem Gambling Severity Index (PGSI) används följande frågor:

- Spelar du för mer än du har råd att förlora?
- Spelar du för större summor för att få samma känsla av spänning?
- Har du återvänt en annan dag för att vinna tillbaka det du förlorat?
- Har du lånat pengar eller sålt något för att ha pengar att spela för?
- Har du upplevt problem på grund av ditt spelande?
- Har spelet gett hälsoproblem, till exempel stress och ångest?
- Har någon kritiserat ditt spelande?
- Har spelet orsakat ekonomiska problem för dig eller ditt hushåll?
- Har du känt skuld över spelet eller vad som händer när du spelar?

Ju oftare en person upplever ett symptom och ju fler punkter som uppfylls, desto allvarligare är problemen.

Riskabelt spelande mäts med hjälp av de fyra första frågorna i PGSI och innebär att en person fått minst en negativ ekonomisk konsekvens eller ett beroendesymtom.

# Spelproblem drabbar närstående

**De negativa konsekvenserna** av att ha spelproblem drabbar inte bara den som har problem. Familjen, särskilt barn till personer med spelproblem, släktingar, vänner och andra i personens närhet påverkas på olika sätt. Känslor av skuld och skam är vanligt hos personer med spelproblem. Det skadar ofta relationerna till omgivningen, till exempel genom att närstående känner sig lurade av och förlorar tilltron till den som spelar. Även psykisk ohälsa och utsatthet för våld är vanligare bland närstående till personer med spelproblem. Många närstående drabbas också ekonomiskt, inte minst en partner som har gemensam ekonomi med personen som har spelproblem. Även släktingar och vänner som lånar ut pengar påverkas.

## Barn har rätt till en uppväxt utan spel om pengar

Det förebyggande arbetet kring barns spel om pengar kan stärkas genom att vi utgår från ett barnrättsperspektiv. Barnkonventionen beskriver barns rättighet att få växa upp under goda villkor. Där nämns specifikt föräldrars beroendeproblematik och hälsa, samt goda ekonomiska villkor.

Barn och unga har ur ett barnrättsperspektiv rätt till en uppväxt utan spel om pengar. Det gäller både eget spelande och vuxnas spelande. Ändå växer tiotusentals barn i Sverige upp i ett hushåll där någon har ett problemspelande. Dessa barn har en ökad risk för otrygga uppväxtvillkor och att själva utveckla spelproblem senare i livet. Därför är det viktigt att uppmärksamma barn som lever med vuxna som har problem med spel om pengar.

Föräldrar med spelproblem kan få svårt att ge barn en trygg uppväxt, vilket ökar risken för att barnen i framtiden utvecklar psykisk och fysisk ohälsa. Att istället växa upp under stabila levnadsförhållanden och med en

god relation till sina föräldrar är faktorer som skyddar mot ohälsa och spelproblem. Därför är det viktigt att både föräldern och barnet får det stöd och den hjälp som de behöver, till exempel genom föräldraskapsstöd. Föräldrars spelande och inställning till spel påverkar också barnens inställning och spelande, varför vuxna bör se över sitt eget spelande.

#### **5 KAP 7 § HSL**

Ett barns behov av information, råd och stöd ska särskilt beaktas om barnets förälder eller någon annan vuxen som barnet varaktigt bor tillsammans med har ett missbruk av alkohol, annat beroendeframkallande medel eller spel om pengar.

## Skjut upp speldebuten

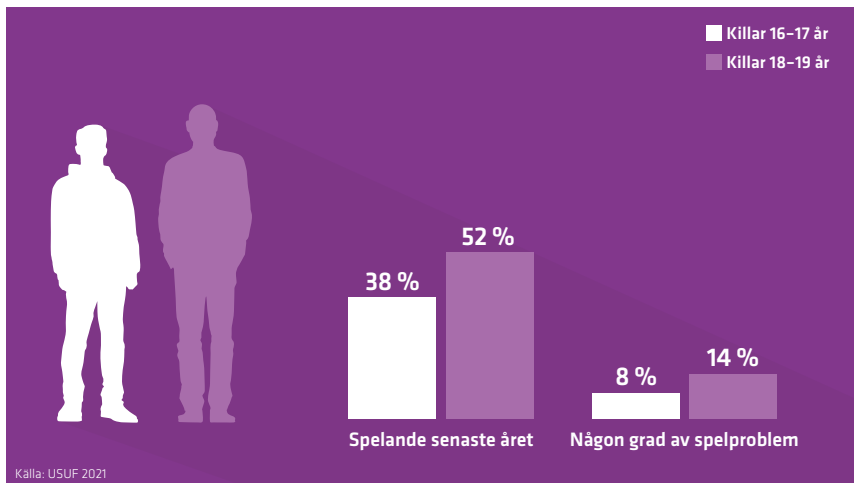
I Sverige ska man vara minst 18 år för att spela om pengar. Trots åldersgränser har cirka en tredjedel av unga i åldern 16–17 år spelat om pengar det senaste året. Unga exponeras även för spelreklam, över tre fjärdedelar av 16–17-åringarna uppger att de sett spelreklam senaste veckan. När barn och ungdomar spelar om pengar ökar risken för att de får spelproblem i vuxen ålder. Därför är det viktigt att skjuta upp speldebuten, skapa spelfria miljöer, begränsa marknadsföringen och se till att unga med spelproblem får stöd.

#### **5 KAP 5 § SOL**

Socialnämnden ska aktivt arbeta för att förebygga och motverka missbruk av spel om pengar bland barn och unga.

## Åldersgränser skjuter upp spelproblem

Både andelen som spelat senaste året och som har någon grad av spelproblem är större bland killar som fyllt 18 år än bland killar som är 16–17 år. Det visar att åldersgränser fungerar.





# Spelproblem bidrar till ojämlikheter i hälsa

**Spelproblem finns** i hela befolkningen men är ojämnt fördelade, vilket bidrar till ojämlikheter i hälsan. Ojämlighet i hälsa kan speglas i skillnader mellan grupper i befolkningen när det gäller

- risken att exponeras för spel om pengar
- omfattning och grad av spelproblem
- hur samband med ohälsa, och med ekonomiska och sociala problem ser ut, både i relation till och som konsekvens av spelproblem.

Både spelande och spelproblem är vanligare bland män än bland kvinnor, och det gäller alla grader av spelproblem. Kvinnor löper å andra sidan högre risk att drabbas av psykisk ohälsa som en konsekvens av spelproblem. Spelproblem är även vanligare bland personer utan högskoleutbildning, personer med låg inkomst, ensamstående utan barn, och personer födda utanför Europa. Andra grupper är personer som är arbetslösa och personer med ekonomiskt bistånd eller ekonomiska problem. Detta trots att det ofta är en lägre andel som spelar om pengar i dessa grupper.

## Otrygga levnadsförhållanden och tidigare spelproblem ökar risken

Personer utan stabila och trygga levnadsförhållanden löper större risk att utveckla spelproblem. De har också svårare att ta sig ur problemen när de väl har uppstått. Olika livshändelser kan också leda till spelproblem, till exempel förändringar i arbetssituationen, ekonomin, boendeförhållandena eller i familjesituationen. Det finns även en risk att spelproblemen kommer tillbaka om en person tidigare haft spelproblem.

# Förebygg på flera nivåer och områden samtidigt

**Att förebygga spelproblem** kan på både kort och lång sikt bidra till förbättrad folkhälsa och samhällsekonomi. Spel om pengar ingår i ANDTS-strategin för 2022–2025, vilket innebär att spel ska integreras med övrigt ANDTS-förebyggande arbete. Ansvaret för det förebyggande arbetet och för arbetet med att motverka negativa skadeverkningar av spel delas av exempelvis nationella myndigheter, regioner, kommuner och spelbolag. Föreningsliv, skola, spelmarknad och arbetsliv är viktiga arenor för det förebyggande arbetet.

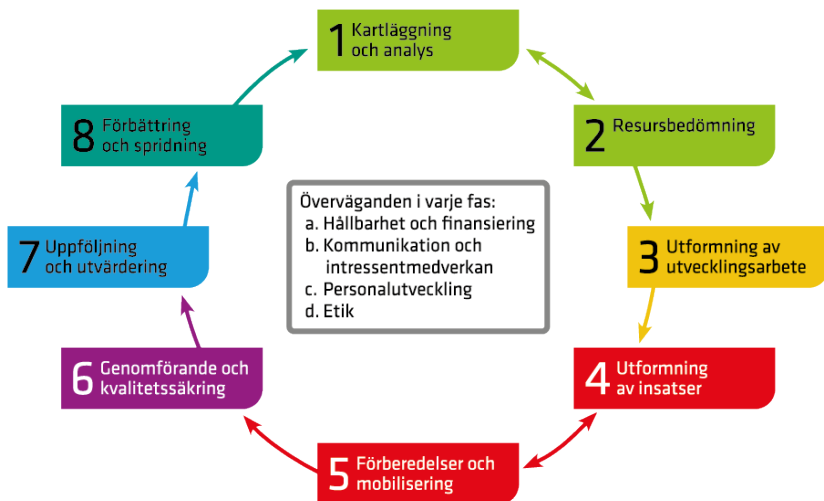
## Risk- och skyddsfaktorer

Vissa faktorer ökar respektive minskar utsattheten för spelproblem hos individer och grupper. Dessa så kallade risk- och skyddsfaktorer omfattar både individuella egenskaper, det sociala sammanhanget och samhället i stort. Det effektivaste är att stärka människors skyddsfaktorer, som social och ekonomisk trygghet, samtidigt som man jobbar med att motverka riskfaktorer, som exponering för spel. Vi behöver kunskap om hur risk- och skyddsfaktorer ser ut för olika befolkningsgrupper för att utforma förebyggande insatser som effektivt bidrar till en god och jämlik hälsa. Faktorer som har en koppling till omfattningen och utvecklandet av spelproblem finns inom många olika områden: spelreglering, spelens utformning, spelmiljön, tillgänglighet och exponering, marknadsföring, sociala relationer, individuella faktorer samt vård och stöd.



## Snabbguiden

Ju mer systematiskt det hälsofrämjande och förebyggande arbetet planeras, genomförs och följs upp, desto effektivare kan insatserna bli ur ett folkhälso-perspektiv. Som ett hjälpmedel i det spelförebyggande arbetet kan de åtta faserna i Snabbguiden följas. Snabbguiden hittar du på Folkhälsomyndighetens webbplats under ”Att lyckas med ANDTS-prevention”.



Broschyrens syfte är att visa vikten av att förebygga problem med spel om pengar. Detta genom att ge en överblick över områdena spel om pengar och spelproblem. Spelproblem finns i hela befolkningen och därför behövs kunskap och insatser inom området. Spelproblem är ett folkhälsoproblem som ger negativa sociala, ekonomiska och hälsomässiga konsekvenser – inte minst för spelarens närstående. Genom att lära sig mer om omfattningen av spelproblemen i befolkningen och vilka som drabbas kan det förebyggande arbetet bli mer effektivt. Särskilt viktigt är kunskaper om barns utsatthet och att det förebyggande arbetet genomsyras av ett folkhälsoperspektiv. Broschyren är en del av Folkhälsomyndighetens kunskapsstöd om spel om pengar som finns på [spelprevention.se](http://spelprevention.se). Broschyren vänder sig till beslutsfattare och personer som arbetar förebyggande vid myndigheter, regioner, kommuner, ideella föreningar och spelbolag.

*Folkhälsomyndigheten är en nationell kunskapsmyndighet som arbetar för en bättre folkhälsa. Det gör myndigheten genom att utveckla och stödja samhällets arbete med att främja hälsa, förebygga ohälsa och skydda mot hälsohot. Vår vision är en folkhälsa som stärker samhällets utveckling.*



Folkhälsomyndigheten