



Folkhälsomyndigheten

# Ansvarsfull alkoholservering

Ett utbildningsmaterial



Denna titel kan laddas ner från [folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material](https://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material)

Citera gärna Folkhälsomyndighetens texter, men glöm inte att uppge källan. Bilder, fotografier och illustrationer är skyddade av upphovsrätten. Det innebär att du måste ha upphovsmannens tillstånd att använda dem.

© Folkhälsomyndigheten, 2024.

Artikelnummer: 24091.

Foto omslag: Maskot Bildbyrå AB. Foto inlaga: Johan Alp (s. 11), Maskot Bildbyrå AB (s. 6, 18, 24, 28), Skandinav (s. 21), Karl Forsberg (s. 32).

Grafisk produktion: Le Bureau.

# Ansvarsfull alkoholservering

Ett utbildningsmaterial

# Innehåll

Välkommen till utbildningen Ansvarsfull alkoholservering.....	7
Vet du hur du bidrar till god stämning och en trygg miljö för gäster och personal? .....	7
Alkoholens medicinska effekter .....	8
Alkoholrelaterade skador.....	8
Dopamin, hjärnans glädjeämne.....	8
Hjärnan påverkas av alkohol .....	9
Sambandet mellan promillenivå och olycksrisk .....	10
Sambandet mellan berusning och våld.....	10
Varför ska ungdomar under 18 år inte dricka alkohol? .....	11
Effekter av hur och vad som konsumeras .....	11
Promillehalt och beteende.....	13
Standardiserade frågor om alkoholvanor .....	13
Arbetar du på en studentpub? .....	15
Alkoholberoende – sex tecken.....	16
Exempel på vanliga sjukdomar och symtom som kan orsakas av alkohol .....	17
Alkohollagen i praktiken .....	19
Serveringstider och utrymning av lokalen .....	19
Priser och försäljningsmetoder .....	19
Lättdrycker .....	19
Marknadsföring .....	19
Kvitto och kassaregistrering .....	20
Servering bara på serveringsstället.....	20
Serveringsansvarig person.....	20
Ordning och nykterhet .....	21
Minderåriga – gäster under 18 år.....	22
Förbudet att bjuda på alkohol .....	23
När kraven inte följs kan tillståndet återkallas .....	23
Alkohollagen.....	25
Krav på mat .....	25
Tillståndet är knutet till ett visst avgränsat område.....	25
Villkor för tillståndet .....	25
Serveringsställets utrustning och utformning.....	26
Kraven på den som söker tillstånd .....	26
Kommunala riktlinjer.....	27
Tillstånds- och tillsynsmyndigheter.....	27

Hjälp för legitimationskontroll .....	29
Är legitimationen godkänd? .....	29
Är legitimationen giltig? .....	29
Är legitimationen förfalskad? .....	29
Är det rätt person på kortet? .....	29
Bra frågor att ställa .....	29
Är du fortfarande osäker eller uppträder personen nervöst? .....	29
Var kan du hitta mer information? .....	29
Stöd för bedömning av berusningsgrad .....	30
Berusad .....	30
Märkbart berusad .....	30
Kraftigt berusad .....	30
Nästan medvetslös .....	30
Förebygg narkotikaproblem på serveringsställen .....	31
Narkotikastrafflagen .....	31
Hälsofrämjande och förebyggande arbete .....	31
Personalen är en del av det förebyggande arbetet .....	32
Vanliga tecken på narkotikapåverkan .....	33
Referenser .....	34
Lagar .....	34
Föreskrift .....	34
Rapporter .....	35
Webben .....	35



# Välkommen till utbildningen

## Ansvarsfull alkoholservering

**A**NSVARSFULL ALKOHOLSERVERING ÄR EN vetenskapligt utvärderad arbetsmetod som förebygger och minskar alkoholrelaterat våld och skador i och kring serveringsställen. Metoden bygger på:

- Utbildning i ansvarsfull alkoholservering.
- Lokalt engagemang.
- Tydliga policyer.
- En effektiv tillsyn.

Genom att inte servera alkohol till påverkade personer och minderåriga kan våldet och negativ påverkan på hälsan minskas. Det finns många vinster att nå genom att arbeta med metoden, för både samhällsekonomin och människors hälsa.

### Vet du hur du bidrar till god stämning och en trygg miljö för gäster och personal?

Den här utbildningen är avsedd för dig som arbetar på ett serveringsställe, till exempel restaurang, sportbar, nattklubb eller studentpub. Du kan bidra till att skapa en god miljö och en alkoholservering som sker med ansvar och medvetenhet. Utbildningen ger dig kunskap om:

- Vad kräver lagen?
- Vad händer i kroppen när man dricker alkohol?
- Vilka risker finns med alkohol?
- Hur kan du bli mer professionell i ditt yrke?

Det speciella med studentpubar är att de flesta som jobbar där gör det ideellt. Det kan göra att du serverar alkoholhaltiga drycker utan att ha tidigare yrkeserfarenhet eller kunskap om alkohollagens krav. Du är en viktig del i samarbetet med bland annat kommunen och polisen för att minska berusning, våld och skador på och kring serveringsstället. Genom att inte servera alkohol till märkbart påverkade eller minderåriga gäster, bidrar du till att minska riskerna för alkoholrelaterade skador och våld. På så sätt bidrar du till en säkrare, tryggare och trevligare miljö för både personal och gäster.

## Alkoholens medicinska effekter

För att kunna bidra till en trivsamt och trygg serveringsmiljö behöver du känna till hur alkoholen påverkar oss. För en del av oss kan alkohol upplevas som något positivt. I små doser kan alkohol vara stimulerande, men i större mängder ett gift som kan vara livshotande.

Hjärnan är den del av kroppen som påverkas snabbast och tydligast av alkohol. Det är hjärnan som lär sig att uppskatta att dricka alkohol, vilket kan leda till ett beroende.

I hjärnan finns också vår känsla för tid och omdöme. Där görs avväganden mellan att ta risker och söka trygghet. Efter små mängder alkohol blir de flesta mer avslappnade och sociala, har lättare att ta kontakt och vågar mer. När promillehalten i blodet stiger förändras beteendet i samband med att våra hämningar försvinner. Många blir dämpade och trötta, andra högljudda och stökiga. Vissa kan bli våldsamma och aggressiva.

Det aggressiva beteendet kan ta sig uttryck i grälsjukhet och ibland också fysisk våldsamhet. En orsak kan vara sämre muskelkontroll, vilket gör att man lättare tar snedsteg, knuffar till personer och tappar saker – ett beteende som lätt väcker irritation. Minskade hämningar kan också leda till att psykiska problem, till exempel misstänksamhet kommer fram och förstärker det aggressiva beteendet.

Eftersom alkohol påverkar reaktionsförmågan, motoriken och omdömet, ökar också risken för olyckor och våld när vi dricker.

## Alkoholrelaterade skador

Alkohol är en riskfaktor för skador, sjukdomar och sociala problem. Alkohol är också en av de främsta orsakerna till för tidig död. Antalet alkoholrelaterade dödsfall i Sverige uppskattas till ungefär 2 000 om året. Alkoholen kostar samhället mycket, både socialt och ekonomiskt och oftast drabbas unga människor.

Den senaste forskningen visar att alkohol kan orsaka till exempel magsäckscancer, tjocktarmscancer, bröstcancer och levercancer.

Konsumtion av alkohol kan orsaka skador och sociala problem för både den som dricker och för andra. Den som dricker ofta och mycket utsätter både sig själv, sina närstående och andra för stora risker. En närståendes konsumtion av alkohol påverkar var sjunde vuxen negativt. (CAN rapport nr 174).

## Dopamin, hjärnans glädjeämne

Hjärnan är mycket komplex. Olika signalsubstanser i hjärnan har en central roll för hjärnans funktion. Signalsubstanserna är hjärnans kemiska budbärare.

Signalsubstansen dopamin har med lustupplevelser att göra, och ger motivation till att exempelvis äta, röra på oss och ha sex. Dopamin frisätts i hjärnans belöningssystem. Genom att känna lust vill vi upprepa aktiviteterna. Alkohol, narkotika och tobak verkar också genom detta system. Dopaminet frisätts och framkallar en känsla av välbehag.

### Ett påverkat belöningssystem

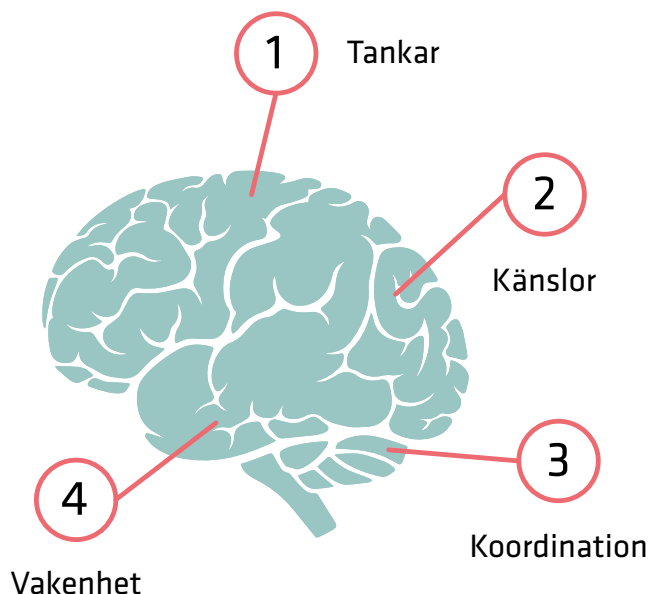
Vissa får starka positiva belöningar, medan andra upplever en svag belöning. Människor har en högst personlig relation till alkohol, bland annat på grund av dessa skillnader. Det verkar också som om belöningen av alkoholen skapar en positiv minnesbild. De roliga stunderna med alkohol behålls, men de negativa – som dumma handlingar, skador och baksmälla – glöms ofta.

Att kontinuerligt dricka alkohol bygger successivt om hjärnans belöningssystem. Hjärnan blir mindre känslig för alkohol – konsumtionen måste öka för att nå samma grad av berusning (ökad tolerans). Då ökar också risken för att skapa ett beroende.

### Hjärnan påverkas av alkohol

1. Alkohol påverkar först de delar av hjärnan där tankarna finns. Där bearbetas sinnesintryck och lagras i minnet.
2. Sedan påverkas den del av hjärnan, där centrum för känslor sitter. Ju mer promillehalten i kroppen ökar, desto sämre blir förmågan att göra rationella bedömningar.
3. Nästa steg är att lillhjärnan påverkas. I lillhjärnan sitter centrum för koordination och balans.
4. Som sista steg påverkas den del av hjärnan som brukar kallas reptilhjärnan. Här finns bland annat centrum för vakenhet. Har du druckit så mycket att den delen påverkas, blir du först medvetlös och därefter kan detta system slås ut helt. Det är ett livshotande tillstånd som kräver medicinsk behandling. Det handlar då om akut alkoholförgiftning.

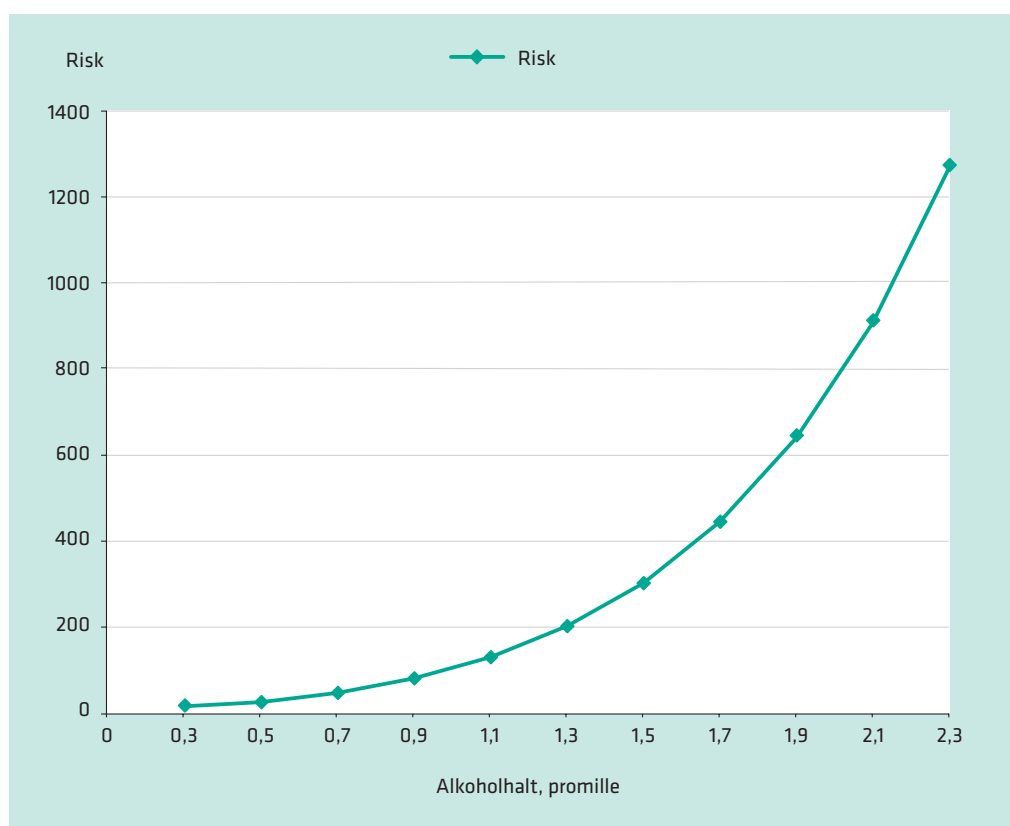
**Figur 1.** Översikt på vilka delar av hjärnan som påverkas vid konsumtion av alkohol.



## Sambandet mellan promillenivå och olycksrisk

Diagram 1 visar att risken för att dödas ökar med promillehalten hos den som kör, jämfört med en nykter förare. Vid 1 promille är risken cirka 100 gånger större att dödas i en trafikolycka än om man är nykter. Vid 2,0 promille är risken nästan 800 gånger större.

Diagram 1. Alkohol i trafiken.



Källa: Statens väg- och transportforskningsinstitut, VTI, rapport 25-2013.

## Sambandet mellan berusning och våld

Du som arbetar med att servera alkohol behöver känna till att det finns risker med att gästerna blir för berusade. Det finns ett samband mellan berusning och våld. Ökat drickande kan leda till mer våld. Vi vet att en betydande andel av det våld som alkoholpåverkade utför och drabbas av äger rum i samband med besök på serveringsställen. Inom det polis-anmälda våldet är det många, både gärningsmän och brottsoffer, som är påverkade av alkohol. Ju fler och mer berusade gäster, desto större är risken att små irritationer utvecklas till våldsamma slagsmål. (BRÅ:s publikation 2015: Alkohol- och drogpåverkan vid miss-handel, hot, personrån och sexualbrott).

För att undvika berusade gäster behöver du som personal vara kunnig och ha ett bra ledarskap. Du måste kunna avgöra när en gäst inte ska serveras alkohol. Ett sätt för dig att minimera risken för våld och skador genom att se till att gästerna inte blir för berusade.



## Varför ska ungdomar under 18 år inte dricka alkohol?

Många ungdomar börjar konsumera alkohol tidigt. Ju tidigare du börjar dricka, desto större är risken för alkoholrelaterade skador. Alkohol kan också skada hjärnans utveckling hos unga människor, eftersom hjärnan inte har vuxit klart förrän vid ungefär 25 års ålder.

Den långsamma utvecklingen gäller framför allt förmågan att kunna förutse konsekvenserna av sina handlingar. Ungdomar kan alltså inte bedöma konsekvenserna av sitt drickande på samma sätt som vuxna. De har svårare att märka när de blir berusade och blir ofta alldeles för fulla, alldeles för fort. Många unga säger att de under berusning hamnat i onödiga gräl med kompisar, haft sex fast de inte ville eller haft sex utan att använda skydd.

## Effekter av hur och vad som konsumeras

Promillehalten i blodet avgörs av flera saker:

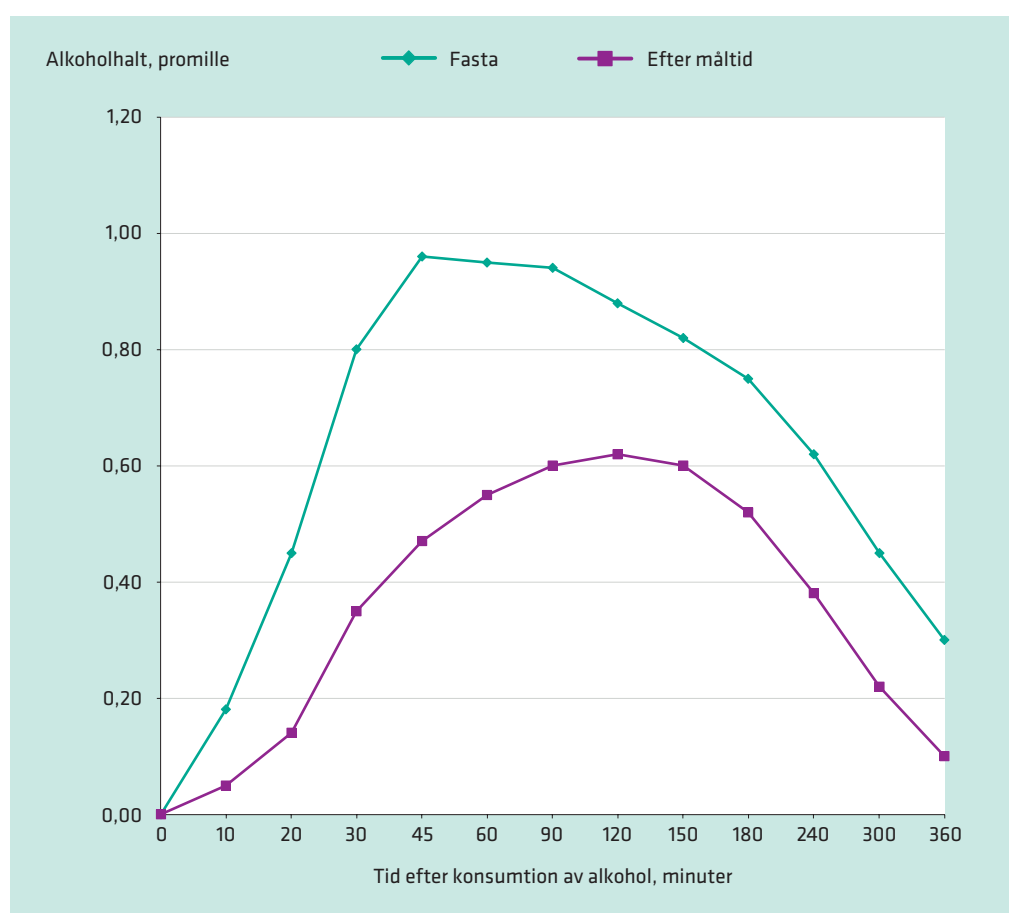
Hur mycket och hur snabbt drickandet sker. Ju snabbare och ju mer alkohol som konsumeras, desto mer berusad blir man. Om en person dricker sex stycken 33 cl flaskor starköl på en timme hinner levern inte bryta ned den första ölen förrän man fyller på med den andra. Då ökar promillehalten snabbt till en hög nivå.

Vilken typ av dryck som konsumeras. Berusningen kommer snabbare ju högre alkoholhalt i drycken.

Hur kroppen är sammansatt. Din kroppsvikt påverkar promillehalten – låg vikt ger hög promillehalt. Även kroppens sammansättning kan påverka alkoholhalten. Kvinnor har ofta mindre vätska i kroppen att späda ut alkoholen med. Därför tål i regel kvinnor mindre alkohol än män.

Om mat konsumeras tillsammans med alkohol. Det tar längre tid för alkoholen att komma ut i blodet om mat konsumeras i samband med att alkohol intas. Levern får då mer tid att bryta ned alkoholen och promillehalten kommer inte upp i samma höga nivå, som om drickandet skulle ske på fastande mage. Genom att äta en måltid i samband med alkohol kan du nästan halvera din promillenivå, se diagram 2. Det går inte att exakt räkna ut vilken promillehalt en person når. Det beror på många faktorer, till exempel vilken dryck man druckit, hur fort och mycket man druckit, hur mycket och vilken sorts mat man ätit, kön, ålder och kroppsvikt.

**Diagram 2.** Promillekurva med och utan mat. Diagrammet visar skillnaden mellan att dricka på tom mage och tillsammans med mat.



Källa: Nationellt forensiskt centrum, NFC, rapport 2016-01.

## Promillehalt och beteende

Det går inte att säga exakt hur olika promillehalter påverkar en person, eftersom den som druckit mycket och länge har utvecklat en tolerans för alkohol och inte påverkas lika mycket. Tänk på att risken för alkoholrelaterade skador och hälsoproblem inte minskar bara för att man har en högre toleransnivå.

**Tabell 1.** För de flesta gäller dessa effekter vid olika promillehalter:

Promillehalt	Fysiska och psykiska effekter
0,2 promille	Den första alkoholeffekten märks. Du känner dig varm, avspänd och väl till mods. Din självkritik minskar.
0,5 promille	Du känner dig upprymd och hämningarna släpper. Dina reflexer blir långsammare och du får minskad precision i dina rörelser. Omdömet börjar grumlas och din förmåga att ta in information försämras.
0,8 promille	Du börjar bli högljudd och yvig i dina rörelser. Du ser sämre än du brukar. Du är överdrivet självsäker och luktar alkohol.
1,0 promille	Du sluddrar och är sämre på att kontrollera både muskler och känslor.
1,5 promille	Det börjar bli svårt att hålla balansen och du kanske ramlar omkull. Risken för känsloutbrott ökar, liksom för illamående.
2,0 promille	Du har svårt att prata och gå upprätt. Du ser dubbelt.
3,0 promille	Du uppfattar inte vad som händer och är på gränsen till medvetslös.
4,0 promille	Du är medvetslös. Du andas långsamt och riskerar att dö av alkoholförgiftning.

Källa: Beroendecentrum Region Stockholm, Hur ändras beteendet vid alkoholkonsumtion?

## Standardiserade frågor om alkoholvanor

Våra levnadsvanor, till exempel våra alkoholvanor, spelar en stor roll för hälsan. Frågorna nedan kan användas av hälso- och sjukvårdspersonal för en skattning av konsumtionen av alkohol för en person. Svaren utgår från konsumtionen det senaste året.

### ETT STANDARDGLAS MOTSVARAR 12 GRAM ALKOHOL

Exempel på dessa är:

- 50 cl folköl
- 33 cl starköl
- 12–15 cl vin
- 8 cl starkvin
- 4 cl starksprit

**Tabell 2.** Standardiserade frågor om en persons alkoholvanor.

Frågor om alkoholvanor	0 poäng	1 poäng	2 poäng	3 poäng	4 poäng
1. Hur ofta dricker du alkohol?	Aldrig	1 gång i månaden eller mer sällan	2-4 gånger i månaden	2-3 gånger i veckan	4 gånger per vecka eller mer
2. Hur många "glas" (se exempel ovan) dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?	1-2	3-4	5-6	7-9	10 eller fler
3. Hur ofta dricker du sex sådana "glas" eller mer vid samma tillfälle?	Aldrig	Mer sällan än en gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan varje dag
4. Hur ofta under det senaste året händer det att du inte kunnat sluta dricka sedan du börjat?	Aldrig	Mer sällan än en gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan varje dag
5. Hur ofta under det senaste året har du låtit bli att göra något som du borde för att du drack?	Aldrig	Mer sällan än en gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan varje dag
6. Hur ofta under det senaste året har du behövt ett "glas" på morgonen efter mycket drickande dagen innan?	Aldrig	Mer sällan än en gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan varje dag
7. Hur ofta under det senaste året har du haft skuld känslor eller dåligt samvete på grund av ditt drickande?	Aldrig	Mer sällan än en gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan varje dag
8. Hur ofta under senaste året har du druckit så att du dagen efter inte kommit ihåg vad du sagt eller gjort?	Aldrig	Mer sällan än en gång i månaden	Varje månad	Varje vecka	Dagligen eller nästan varje dag
9. Har du eller någon annan blivit skadad på grund av ditt drickande?	Nej		Ja, men inte senaste året		Ja, under senaste året
10. Har en släkting eller vän, en läkare (eller någon annan inom sjukvården) oroat sig över ditt drickande eller antytt att du borde minska på det?	Nej		Ja, men inte senaste året		Ja, under senaste året

Källa: Babor, T.F., Biddle-Higgins, J.C., Saunders, J.B. & Monteiro, M.G. (2001). AUDIT: The Alcohol Use Disorders Identification Test: Guidelines for Use in Primary Health Care. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

Poängen läggs samman genom att summera resultaten för de 10 frågorna. Summan kan då bli 0–40 poäng.

Gränsen för riskfylld konsumtion går vid 6 poäng eller mer för kvinnor och 8 poäng eller mer för män.

## KONTAKTER FÖR INFORMATION OM KONSUMTION AV ALKOHOL

- Studenthälsan.
- Företagshälsovården.
- Din vårdcentral.
- Beroendemottagning.
- Socialtjänsten i din kommun.
- Ideella organisationer.

Alkoholhjälpen

020-84 44 48

**[www.alkoholhjalpen.se](http://www.alkoholhjalpen.se)**

1177.se

**[www.1177.se/alkohol](http://www.1177.se/alkohol)**

## Arbetar du på en studentpub?

Studenter som är aktiva i studentkårer har en högre konsumtion av alkohol jämfört med andra studenter. När du arbetar på en studentpub kan dina egna alkoholvanor påverka ditt arbete. Arbetet ställer bland annat krav på ditt omdöme och din förmåga att sätta gränser.

Det är inte bara den totala mängden alkohol som avgör hur du påverkas. Även sättet att dricka spelar stor roll. Om du dricker mycket alkohol vid ett och samma tillfälle, ökar risken för negativa konsekvenser. Risken att utveckla tolerans (att behöva mer och mer alkohol för att nå samma effekt) och beroende har starkare samband med att dricka mycket alkohol vid ett tillfälle, än med din totala konsumtion. Fysiska och psykiska skador är också vanligare när du blir berusad, jämfört med om du dricker mindre mängder alkohol.

Att i 18–25-årsåldern ofta dricka stora mängder alkohol kan påverka hälsan senare i livet. Både de kortsiktiga och långsiktiga negativa konsekvenserna minskar, ju mindre man dricker.

## Alkoholberoende – sex tecken

Här får du fördjupad kunskap om vad som sker på lång sikt när alkohol dricks och vad som kan vara steg i utvecklingen mot ett beroende. För att hälso- och sjukvården ska kunna ställa diagnosen alkoholberoende, krävs att minst tre av följande tecken finns.

### **Ökad tolerans**

Efter en längre tids konsumtion av alkohol förändras upplevelsen av alkoholens effekter. Eftersom konsumtionen kan öka mer än tidigare utan att känna samma rus fås upplevelsen av att tåla alkohol bättre. Om drickandet ökar ännu mer, är det lätt att hamna i en ond cirkel. Toleransen ökar och konsumtionen måste öka ännu mer för att få samma upplevelse av ruset.

Unga människor som tål mycket alkohol brukar ofta skryta om det, som om det vore något bra. I själva verket befinner de sig i riskzonen för att drabbas av alkoholproblem.

### **Abstinens**

Konsumtion av mycket alkohol under en längre tid gör att kroppen, framför allt hjärnan, långsamt vänjer sig. Om du då dricker mindre eller plötsligt slutar, är risken för abstinens stor. Det är då många gärna tar en återställare för att komma i form och känna sig normal igen. Att vara beroende av alkohol innebär att kontrollen över drickandet har förlorats.

De vanligaste symtomen på abstinens är svår ångest, svettning, hjärtklappning och skakningar. Allvarigare symptom såsom hallucinationer och blodtrycksstegring är ett livshotande tillstånd, som kräver vård på sjukhus.

Alla som dricker mycket alkohol under en lång tid blir inte beroende. Det kan dock finnas en risk för detta. Ju yngre man är när man börjar konsumera alkohol regelbundet, desto snarare kan ett beroende utvecklas. I detta tillstånd utvecklas en tolerans för alkohol och när konsumtionen upphör kan symptom på abstinens uppvisas.

### **Kontrollförlust**

När kontrollen tappas konsumeras mer än planerat. All alkohol som finns dricks upp.

### **Sug – ett starkt behov eller tvång att dricka**

Ett ökat alkoholbegär innebär att dagen planeras efter vad som kan drickas eller vem som kan drickas med. Stressen ökar och det blir allt svårare att orka med familj, vänner och arbete.

### **Alkohol – en central del i livet**

Alkohol finns ständigt i tankarna och det som tidigare var viktigt är inte längre intressant. Ointresset ökar av andra saker än alkohol.

### **Insikt, men oförmåga att sluta dricka**

Drickandet fortsätter trots insikt om att det är fel eller att omgivningen börjar klaga, och trots kroppsliga eller psykiska skador fortsätter konsumtionen. Att bryta eller ta sig ur ett beroende är svårt.

## Exempel på vanliga sjukdomar och symtom som kan orsakas av alkohol

Forskning visar att alkohol kan orsaka en rad andra sjukdomar. Här redovisas vilka följder på hälsan som den som dricker alkohol kan få.

### **Mage och tarm**

Magkatarr och tarmproblem är vanliga skador.

### **Cancer**

Vid hög konsumtion av alkohol tillsammans med rökning kan det finnas risker för cancer i munhåla, svalg, matstrupe och struphuvud. Risken för magsäckscancer, tjocktarmscancer, bröstcancer och levercancer kan öka redan vid måttlig alkoholkonsumtion.

### **Graviditet**

En måttlig alkoholkonsumtion under graviditeten kan öka risken för fosterskador. Alkohol kan minska fertiliteten hos både kvinnor och män.

### **Muskler**

Stora mängder alkohol kan leda till att musklerna bryts ned.

### **Hjärnskador**

Hög konsumtion av alkohol kan leda till koncentrationsstörningar, sämre minne och olika former av demens.

### **Infektioner**

Den som dricker mycket alkohol kan lättare drabbas av infektioner.

### **Lever**

Vid långvarig och hög alkoholkonsumtion försämras leverns funktion, vilket kan leda till skrumplever och levercancer.

### **Hjärt- och kärlsjukdomar**

Hög alkoholkonsumtion kan leda till högt blodtryck, rytmrubbningar och hjärtsvikt.

### **Psykiska störningar**

Konsumtion av alkohol kan öka risken för ångest, depression och sömnrubbningar. Även risken för självmord kan öka kraftigt.



# Alkohollagen i praktiken

**D**ET HÄR AVSNITTET HANDLAR om hur du i det dagliga arbetet ska uppfylla lagens syften. Du får lära dig mer om vilka krav som gäller och vilket ansvar du har vid servering av alkohol.

## Serveringstider och utrymning av lokalen

Om inte kommunen beslutar något annat, får serveringen av alkoholdrycker börja tidigast klockan 11.00. Huvudregeln är också att alkoholserveringen ska avslutas senast klockan 01.00.

Vid prövning av serveringstider tar kommunen särskild hänsyn till risken för problem med ordning och nykterhet samt människors hälsa.

Alla gäster ska ha lämnat serveringsstället senast 30 minuter efter serveringstidens slut. Serveringstiden står i serveringsställets tillståndsbevis. För att behålla en god stämning och undvika konflikter är det bra att fråga om gästerna önskar något mer i god tid före serveringstidens slut.

## Priser och försäljningsmetoder

Ett serveringsställe får inte sälja alkoholdrycker hur billigt som helst. Enligt alkohollagen ska drycker med högre alkoholhalt vara dyrare än drycker med lägre alkoholhalt. Detta gäller även vid erbjudanden om kombination av mat och dryck. Om till exempel pyttipanna med en 33 cl starköl kostar 120 kronor, ska pyttipanna med en 33 cl lättöl kosta mindre. Priset för en alkoholdryck får inte sättas lägre än inköpspriset för motsvarande lättdryck.

## Lättdrycker

Lättdrycker är drycker som har en lägre alkoholhalt än 2,25 volymprocent. Serveringsställen med serveringstillstånd ska erbjuda gästerna lättdrycker, i bra urval och omfattning i förhållande till serveringstillståndet och de alkoholdrycker som erbjuds. Detta ingår också i en god service. Det innebär att om det säljs rödvin bör det finnas ett alkoholfritt rött vin i sortimentet.

## Marknadsföring

Vid all marknadsföring av alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat krävs särskild måttfullhet. Det innebär att reklam inte får vara påträngande och uppmana gästerna att dricka alkohol. Det är alltså inte tillåtet att rabattera alkohol, som att till exempel erbjuda mängdrabatt.

Det är viktigt att skilja på god service och påträngande försäljningsmetoder (så kallad animering). Animering innebär att serveringsstället aktivt försöker påverka gästerna att

dricka alkohol eller dricka mer än vad de hade tänkt sig. Det är alltså inte tillåtet att uppmana en gäst som beställer ett glas vin att i stället ta in en hel flaska. Däremot är det god service att kunna rekommendera ett gott vin till maten efter gästens önskemål.

## Kvitto och kassaregistrering

Varje försäljning av varor och tjänster ska registreras i kassaregistret och gästen ska alltid erbjudas ett kassaregistrerat kvitto enligt lagen (SFS 2007:592) om kassaregister m.m.

## Servering bara på serveringsstället

Servering innebär att serveringsstället där serveringstillstånd gäller serverar sina gäster alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat mot betalning. Bara de alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat som serveras på serveringsstället får intas där. Detta gäller dock inte på hotellrum.

Ingen får dricka andra spritdrycker, vin, starköl, andra jästa alkoholdrycker eller alkoholdrycksliknande preparat än de som serveras. Detta gäller även när serveringsstället är stängt.

Spritdrycker, vin, starköl, andra jästa alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat får inte tas med från serveringsstället, av vare sig gäster eller personal. Tillståndshavaren ska tillsammans med sin personal aktivt hindra att någon gäst tar med sig sådana drycker och preparat till eller från serveringsstället.

## Serveringsansvarig person

Serveringsstället får inte lämnas utan tillsyn över alkoholserveringen. Därför måste tillståndshavaren eller en annan serveringsansvarig person hela tiden finnas på plats när alkoholserveringen pågår. Det gäller dock inte vid rumsservering.

Det är tillståndshavaren som utser den serveringsansvariga personen. Den som är serveringsansvarig ska ha fyllt 20 år, vara lämplig för uppgiften och ha grundläggande kunskaper om alkohollagen. En lista på de serveringsansvariga personerna ska skickas till kommunens tillståndsenhet. All personal på serveringsstället ska veta vem eller vilka som är serveringsansvariga.

### **BROTTLIGT ATT SERVERA MÄRKBART BERUSAD GÄST**

En bartender dömdes till 30 dagsböter à 150 kronor för olovlig dryckeshantering eftersom han serverat en drink till en märkbart berusad gäst. Bartendern hade serverat gästen 3-5 drinkar tidigare under kvällen. Enligt vittnesförhör med en polis och en alkoholinspektör var gästen mycket kraftigt berusad och uppvisade ostadig gång, sluddrigt tal och yviga gester.

Hovrätten för Västra Sverige dom i mål nr 2006-B 2053 (2007-02-20).



## Ordning och nykterhet

Det finns tydliga krav på ordning, nykterhet och återhållsam servering i alkohollagen. Alla som serverar alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat har ett personligt ansvar för hur de sköter serveringen. Om någon i serveringspersonalen serverar en gäst som är märkbart påverkad (av alkohol eller något annat berusningsmedel) kan denna personligen ställas till svars för detta. Straffet kan bli böter eller fängelse i upp till sex månader. Dessutom kan tillståndshavaren förlora sitt serveringstillstånd. Gäster som är påverkade av något annat berusningsmedel än alkohol får inte komma in eller vara på serveringsstället. En gäst som är märkbart påverkad eller störande får inte serveras mer alkohol. Dessutom ska gästen lämna serveringsstället.

Lagens krav på återhållsam servering av alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat innebär att serveringen ska avbrytas innan gästen blir så påverkad att denna måste avvisas. Om en gäst har serverats så mycket alkohol att denna måste avvisas finns det alltid risk för bråk. Det är god service att ta hand om gästerna så väl att de aldrig behöver avvisas.

### POLICY

En policy kan innehålla en viljeinriktning med riktlinjer för att uppnå önskade mål. Det är önskvärt att alla på arbetsplatsen stödjer policyn.

Varje serveringsställe bör ha en genomarbetad alkoholpolicy för att personalen ska veta hur de ska arbeta med och förhålla sig till alkohol och sina gäster. Policyn tillsammans med en handlingsplan blir ett viktigt stöd och en trygghet för dem som jobbar på serveringsstället om någon alkoholrelaterad situation skulle inträffa.

Exempel på vad en policy kan innehålla är förhållningsregler för gäster respektive anställda. Det kan också finnas regler kring skyldigheter för arbetsgivare respektive arbetstagare samt förhållandet mellan personal och gäster.

Policyn kan kommuniceras med serveringsställets gäster för att de ska känna till vad de kan förvänta sig av serveringsstället och vilka krav som serveringsstället har på sina gäster.

Även andra dokument kan vara bra att hänvisa till i handlingsplanen, till exempel Polismyndighetens checklistor vid sexuellt ofredande och våldtäkt.

Ett sätt att hantera detta är att skriva en policy och en handlingsplan för serveringsstället.

Tillståndshavaren och personalen måste diskutera och komma överens om hur serveringen ska gå till för att vara ansvarsfull. Det förebygger ordningsproblem och skapar en god stämning på serveringsstället. Även oordning som beror på annat än alkohol och droger måste rättas till. Det kan ske genom att gäster talas till rätta eller avvisas, och om inget annat återstår utryms lokalen. Krav på ordning gäller också i närheten, till exempel på trottoaren utanför entrén.

Personalen bör vara uppmärksam på om någon till exempel försöker lägga narkotika i någon annans drink eller om sexuella ofredanden förekommer. Om dessa eller liknande situationer uppkommer är det viktigt att personalen vet hur de ska agera.

Du kan hitta mer information hos Nationellt forensiskt centrum och Polismyndigheten.

Du kan läsa mer om detta i avsnittet Förebygg narkotikaproblem på serveringsställen.

## Minderåriga – gäster under 18 år

Minderåriga gäster under 18 år får besöka serveringsstället om serveringsstället inte har egna bestämmelser över åldersgränsen, men de får inte serveras alkohol. Inte ens om deras föräldrar är med. Detta är så viktigt att lagen till och med lägger ett personligt ansvar på den som serverar. Det betyder att den som serverar alkoholdrycker till någon under 18 år kan få böter eller fängelse i upp till sex månader. Dessutom kan tillståndshavaren förlora sitt tillstånd. Det är alltså den serveringspersonal som lämnar ut en alkoholdryck som måste vara säker på att gästen som tar emot varan och som förtär varan har fyllt 18 år. Om det finns minsta tveksamhet, ska den som serverar alltid be att få se legitimation. För att vara säker är det bra att be om legitimation av alla gäster som ser ut att vara under 25 år.

Det är också förbjudet att servera alkoholdrycker till en gäst, om man misstänker att denna kommer att överlåta (länga) dryckerna till någon som är under 18 år. Serveringspersonalen måste därför vara speciellt uppmärksam om någon beställer alkoholdrycker åt fler än sig själv – särskilt i ett sällskap med yngre gäster.

### SERVERADE UNDERÅRIGA – FICK VARNING

En kommun återkallade en restaurangs serveringstillstånd eftersom personalen i restaurangen serverade alkoholhaltiga drycker till underåriga. Tillståndshavaren var även dömd för misshandel, olaga hot och ofredande. Kammarrätten i Sundsvall har funnit att varning är en tillräckligt ingripande åtgärd eftersom servering till minderåriga endast skett vid ett känt tillfälle.

Kammarrätten i Sundsvall dom i mål nr 2009-1771 (2009-10-27).

## Förbjudet att bjuda på alkohol

Alkohollagen innehåller ett allmänt förbud mot att ge bort alkohol. Det innebär att ett serveringsställe inte får bjuda gäster på alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat. Det är alltså inte tillåtet att kompensera en gäst för ett problem genom att bjuda på en alkoholdryck eller ett alkoholdrycksliknande preparat. Däremot går det bra att kompensera en gäst genom att bjuda på kaffe eller en dessert.

## När kraven inte följs kan tillståndet återkallas

Om innehavaren av ett serveringstillstånd inte längre uppfyller kraven för att ha tillståndet eller inte följer bestämmelserna för servering enligt alkohollagen, får kommunen meddela en erinran eller i allvarigare fall en varning.

Kommunen ska återkalla ett serveringstillstånd om det finns skäl till det. Innehavaren förlorar då tillståndet.

Serveringstillståndet ska återkallas om:

- Tillståndet inte längre nyttjas.
- Det förekommit brottslig verksamhet på serveringsstället och tillståndshavaren känt till det utan att ingripa.
- Tillståndshavaren har brutit mot alkohollagen eller andra regler för tillståndet på ett sätt som gör att en varning inte räcker.
- Brister inte åtgärdats trots en eller flera varningar.

Kommunen kan ge tillståndshavaren en erinran eller en varning, i stället för att återkalla tillståndet. Det kan vara om tillståndshavaren har gjort en genomgripande förändring för att problemen inte ska uppstå igen, eller om felet varit tillfälligt eller berott på missförstånd. Om det blir en varning eller ett återkallande beror mycket på vad tillståndshavaren gjort för att åtgärda problemen innan kommunen ingripit.



# Alkohollagen

**A**LKOHOLLAGEN (SFS 2010:1622) ÄR EN skyddslag som ska förebygga och minska risken för alkoholens sociala och medicinska skador. Sveriges alkoholpolitik syftar till att begränsa konsumtionen och på så sätt motverka alkoholskador, särskilt för att skydda unga människor. En viktig del är att minska berusningsdrickandet. Lyckas det kan skador och våld som beror på en för hög alkoholkonsumtion minska.

## Krav på mat

I över 100 år har det krävts matservering för att få tillstånd att servera alkohol. Servering av spritdrycker, vin, starköl, andra jästa alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat får bara ske om det även serveras mat. Dryckerna ska vara ett komplement till maten, inte tvärtom. Olika maträtter ska kunna serveras under hela serveringstiden. Efter klockan 23.00 kan det räcka att erbjuda några enklare maträtter, till exempel kalla rätter eller rätter som värms i mikrovågsugn.

Ett av skälen till kravet på mat är att gästerna blir mindre berusade om de äter i samband med att de dricker alkohol. En bra måltid kan nästan halvera alkoholhalten i blodet.

## Tillståndet är knutet till ett visst avgränsat område

Ett serveringstillstånd gäller alltid ett visst avgränsat område. Begreppet serveringsställe omfattar både lokaler och utrymmen för serveringen och övriga lokaler, till exempel kök, lager och kontor.

Delarna av serveringsstället där alkoholservering är tillåten, kan delas upp i serveringslokal och serveringsutrymme. Serveringslokaler finns inomhus, medan serveringsutrymmen är avgränsade utrymmen utomhus, exempelvis uteserveringar.

## Villkor för tillståndet

Kommunen kan besluta om villkor för tillståndet. Exempel på villkor kan vara att det endast får ske bordsservering på serveringsställets uteservering eller att det ska finnas ordningsvakter.

## Serveringsställets utrustning och utformning

För att en lokal ska vara godkänd för servering, måste den vara registrerad som livsmedelsanläggning. För stadigvarande tillstånd, det vill säga ett tillstånd som inte är tidsbestämt, för servering till allmänheten ska det även finnas ett eget kök i anslutning till serveringslokalen. Serveringsstället ska erbjuda lagad mat.

Serveringsstället ska ha sittplatser för matservering. Antalet sittplatser ska vara lämpligt för lokalens storlek. Om det finns en drinkbar får den bara ta upp en mindre del av serveringsställets yta.

Serveringslokalen och serveringsutrymmet ska vara utformade så att personalen kan hålla kontroll och se till att ordning och nykterhet råder.

För att få servera alkohol på en uteservering krävs tillstånd, med stöd av ordningslagen av Polismyndigheten för uteserveringen, och tillstånd av kommunen för alkoholserveringen. Tillståndet för uteserveringen måste oftast förnyas varje år. Det är viktigt att uteserveringen är tydligt avgränsad, för att bland annat hindra att alkoholdrycker lämnas vidare till personer under 18 år. Det kallas langning och är olagligt.

Kraven på brandsäkerhet har skärpts efter svåra brandolyckor i serveringslokaler. Serveringslokalen måste ha ett bra brandskydd med tillräckliga och väl märkta utrymningsvägar och brandskyddsredskap, till exempel brandsläckare, som fungerar. Det är viktigt att all personal vet vad de ska göra om det börjar brinna, och att utrymningsvägarna alltid är fria. Om reglerna för brandskydd inte följs kan lokalen stängas och tillståndshavaren kan förlora sitt tillstånd. (Lagen om skydd mot olyckor 2 kap 2 och 4 §§, Alkohollagen 8 kap. 16 §)

## Kraven på den som söker tillstånd

En näringsidkare (till exempel bolag, enskild firma eller förening) måste ha tillstånd av kommunen för att få servera alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat. För att få tillstånd måste alla personer som har betydande inflytande, PBI, i rörelsen vara personligt och ekonomiskt skötsamma. Exempel på en person med betydande inflytande kan vara en styrelsemedlem, ägare eller någon som har firmateckningsrätt. (HSLF-FS 2020:77)

Den som ansöker om tillstånd för alkoholservering ska genom att skriva ett kunskapsprov visa att denna har tillräckliga kunskaper om alkohollagen och de anslutande föreskrifterna. Sökanden ska även vara ekonomiskt skötsam. Det innebär bland annat att denna ska

- ha betalat sina skatter och avgifter
- kunna visa att inköpet av verksamheten finansierats på ett godtagbart sätt.

För att bedöma om den sökande är lämplig provar kommunen dennas lämplighet. Personlig lämplighet innebär att

- ha kunskaper om alkohollagen och anslutande föreskrifter
- inte vara dömd eller misstänkt för brott i närtid
- vara minst 20 år.

Kravet på lämplighet gäller också för att få behålla tillståndet.

Serveringstillstånd söks hos den kommun där serveringsstället finns.

## Kommunala riktlinjer

I en kommun ska det finnas riktlinjer om tillämpningen av alkohollagen. Riktlinjerna tar hänsyn till de lokala förhållandena. En kommun kan till exempel vilja undvika att det öppnas restauranger som serverar alkohol nära skolor och fritidsgårdar, eller i socioekonomiskt utsatta områden.

Enligt alkohollagen finns det ingen generell rätt att få serveringstillstånd. Kommunen gör alltid en individuell prövning för att bedöma risken för problem med ordning och nykterhet eller särskilda risker för människors hälsa. Kommunen tar då hänsyn till Polismyndighetens syn på ordningsläget i området och miljöförvaltningens bedömning av risken för att grannarna blir störda.

## Tillstånds- och tillsynsmyndigheter

Kommunen prövar ansökningar om serveringstillstånd. Ansökan om tillstånd ska göras skriftligt. Därefter gör kommunen en utredning och prövar sökandens lämplighet och om lokalen är lämplig. Kommunen frågar bland annat Polismyndigheten och miljöförvaltningen innan de fattar beslut.

Kommunen är tillsynsmyndighet och kontrollerar serveringsställen genom bland annat tillsynsbesök. Tillsynen kan delas in i förebyggande, inre och yttre tillsyn.

Den förebyggande tillsynen omfattar information, stöd och utbildning.

Den inre tillsynen omfattar kontroll av till exempel brottslighet, ekonomisk skötsamhet (att skatt betalats) och försäljningsrapporter.

Den yttre tillsynen innebär besök på serveringsställen för att kontrollera att alkoholserveringen hanteras på ett ansvarsfullt sätt. Framför allt kontrolleras ordning och nykterhet och att det inte serveras alkoholdrycker och alkoholdrycksliknande preparat till personer under 18 år.

Polismyndigheten och kommunen ansvarar för tillsynen över serveringsställena. Polismyndigheten lämnar även synpunkter inför kommunens prövning av ansökningar om serveringstillstånd.

Länsstyrelserna är tillsynsmyndigheter för hela länet och ska stödja kommunerna i deras verksamhet. Länsstyrelserna utför även tillsyn över kommunernas tillstånds- och tillsynshandläggning.

Folkhälsomyndigheten är tillsynsmyndighet för hela landet och följer upp hur alkohollagen och anslutande föreskrifter används i praktiken. Myndigheten utför tillsyn över handel med alkoholhaltiga preparat och teknisk sprit. Folkhälsomyndigheten bidrar också med kunskap och stöd om alkohollagstiftningen, till exempel genom föreskrifter och vägledningar inom alkoholområdet.



# Hjälp för legitimationskontroll

**F** RÅGOR, SOM KAN VARA ett stöd, när du gör legitimationskontroll för att säkerställa att den som tar emot alkoholdrycker har fyllt 18 år.

## Är legitimationen godkänd?

Exempel på godkända legitimationer är: SIS-märkt ID-kort, svenskt körkort, svenskt EU-pass med vinröd pärm.

## Är legitimationen giltig?

Kontrollera giltighetstiden.

## Är legitimationen förfalskad?

Titta noga på kortet. Känns det äkta? Är det suddigt, har tilltufsade kanter eller känns hemgjort?

## Är det rätt person på kortet?

Stämmer åldern? Det är lättare att se om det är rätt person om du håller för håret på kortet med tummen.

## Bra frågor att ställa

Vilken dag fyller du år?

När tog du körkort?

## Är du fortfarande osäker eller uppträder personen nervöst?

Ta då gärna hjälp av en kollega. Nu har du gjort vad du kan för att ta ett beslut.

## Var kan du hitta mer information?

Skatteverket har mer information om godkända ID-handlingar på sin webbplats. Mer information om hur en legitimation kan kontrolleras finns på webbplatserna för Transportstyrelsen och De sju stegen.

# Stöd för bedömning av berusningsgrad

**D**ET UPPSTÅR OLIKA EFFEKTER på människans fysiska och psykiska beteende när alkoholhalten ökar i kroppen. Här kommer några exempel på vanliga beteenden som personer kan uppvisa vid ökande berusningsgrad.

## Berusad

Upprymdhet. Hämningar minskar. Får lättare att prata. Sämre reaktion. Yviga rörelser. Högre röstläge.

## Märkbart berusad

Svårt att fästa blicken. Hängande ögonlock. Störande för andra gäster. Högljudd. Överdrivet självsäker. Fumlig – svårt att greppa saker. Svårt att uppfatta budskap. Kan slumra till.

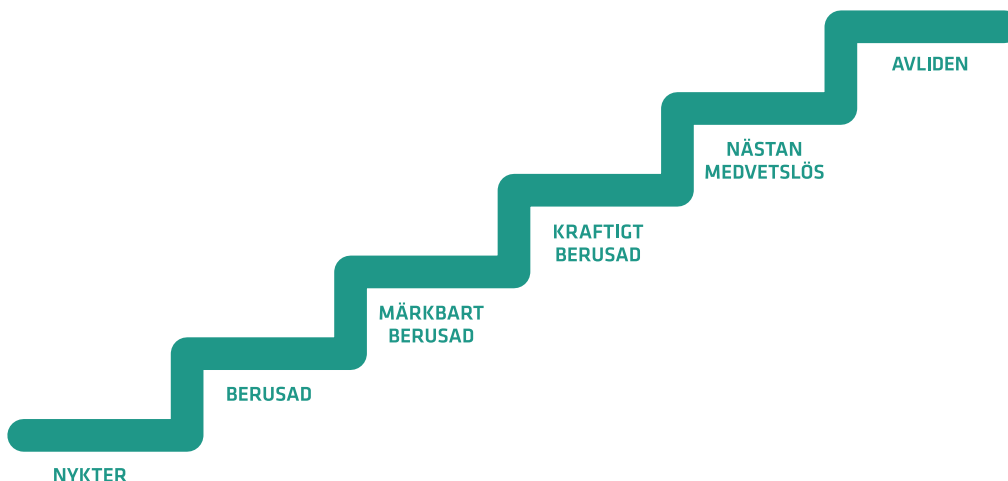
## Kraftigt berusad

Sluddrigt tal. Svårt att tala begripligt – ingen röd tråd. Förvirrad. Somnar, svår att väcka. Svårt att kontrollera känslor. Svajande gång – snubblar, faller. Svårt att gå stadigt – behöver hålla i sig för att inte falla. Kräks.

## Nästan medvetslös

Uppfattar inte vad som sker.

**Figur 2.** Illustration över ökningen av berusningsgrad.



# Förebygg narkotikaproblem på serveringsställen

**E**N DEL MÄNNISKOR PROVAR narkotika när de festar, och flera har kommit i kontakt med narkotika och andra droger på ett serveringsställe. Eftersom det finns ett samband mellan narkotikaanvändning och hälsomässiga och sociala problem är det viktigt att man arbetar förebyggande mot narkotika på exempelvis en krog. Det bidrar till både en minskad användning av narkotika och en tryggare miljö för gäster och personal.

Skador från narkotikaanvändning kan antingen komma akut eller efter en tids användning, och varierar mellan personer och substanser. Att använda narkotika regelbundet kan också leda till andra problem, till exempel stigma, utanförskap, lägre utbildningsnivå, sämre möjligheter att försörja sig och kriminalitet.

Problemen påverkar inte bara användarna utan även deras familjer och samhället i stort. Negativa konsekvenser för samhället kan exempelvis vara narkotikaanvändning i trafiken eller brottslighet kopplad till narkotikaförsäljning.

## Narkotikastrafflagen

(SFS 1968:64)

I Sverige är allt bruk av narkotika olagligt. Syftet är att tidigt kunna upptäcka och ingripa mot narkotikabruk, i första hand när det gäller ungdomar. All befattning med narkotika är förbjuden utom för medicinskt bruk. Det är alltså olagligt att använda, köpa, sälja, ge bort, tillverka, odla, transportera eller förvara narkotika utan tillstånd. Man får inte heller förmedla kontakt mellan köpare och säljare eller hjälpa till att föra över betalning mellan köpare och säljare.

Eget bruk och mindre innehav av cannabis eller annan narkotika leder oftast till böter. Man kan dock få fängelse även för ringa narkotikabrott. Polisen får kroppsvisitera och ta prover om de misstänker eget bruk av narkotika.

## Hälsofrämjande och förebyggande arbete

Många olika faktorer kan påverka att människor börjar använda narkotika. Därför behöver det förebyggande arbetet drivas av flera olika samhällsaktörer. Serveringsställen är en plats där många människor befinner sig. Insatser där är därför viktiga för att förebygga användningen av narkotika, men även för att bidra till en trygg miljö för gäster och personal.



## Personalen är en del av det förebyggande arbetet

Tillståndshavaren har ansvar för att serveringsstället är fritt från narkotika och att inga narkotikapåverkade gäster släpps in. Det är också förbjudet att servera alkohol till någon som är påverkad av narkotika.

Om tillståndshavaren inte gör något för att förebygga och minska narkotikaproblem kan serveringsstället förlora sitt serveringstillstånd. Tillståndshavare eller personal ska kontakta Polismyndigheten om de misstänker att någon använder eller är påverkad av narkotika.

### **Varför en narkotikafri serveringsmiljö?**

Narkotikapåverkade gäster kan påverka säkerheten och tryggheten för både personal och andra gäster. En påverkad person kan uppfattas som oberäknelig och kan skapa obehag. En del narkotikapåverkade personer kan också vara aggressiva. Det kan alltså påverka både arbetsmiljön och övriga gästers besök negativt.

Om någon i personalen använder narkotika kan det också drabba arbetsplatsen. Det kan till exempel skapa oro och dålig stämning, och vissa preparat ger sämre reaktionsförmåga och arbetsprestation. Det ökar också risken för olyckor. Personal som använder narkotika kan även vara mer tillåtande till att gästerna använder narkotika.

I ordningskravet ingår att motverka brottslighet, till exempel narkotikabrottslighet. Personalen bör därför vara uppmärksam och lära sig känna igen typiska tecken på narkotikapåverkan och langning. Om det förekommer brottslig verksamhet på serveringsstället

- med tillståndshavarens vetskap eller
- utan att tillståndshavaren har ingripit mot brottslighet på sitt serveringsställe

får kommunen återkalla serveringstillståndet.

### Vad kan serveringsstället göra för att förebygga narkotikaanvändning?

Det förebyggande arbetet behöver baseras på situationen och behoven. Några exempel på vanliga förebyggande insatser på serveringsställen är att:

- Utveckla samarbetet med polisen.
- Skapa enkla regler för vad personalen ska göra om den misstänker att personal eller gäster använder narkotika.
- Se till att det finns bra belysning vid entrén, så att vakterna kan upptäcka om någon är påverkad.
- Se till att det finns god belysning i lokalen och undvik mörka hörn.
- Kontrollera gäster som går ut och in från restaurangen.
- Kontrollera toaletter och andra riskutrymmen kontinuerligt.

### Vanliga tecken på narkotikapåverkan

Cannabis förekommer oftast som marijuana eller hasch, men finns även i andra former. Det vanligaste sättet att använda hasch och marijuana är att röka. Ruset är oftast över på 2–3 timmar. De mest omedelbara effekterna av cannabisbruk är berusning, ökad hjärtfrekvens och höjt blodtryck. Cannabisanvändning kan också ge ångest, panikattacker och hallucinationer. Tecken på cannabisanvändning kan vara röda ögon, stora pupiller och intensiv längtan efter sötsaker. Reflexerna blir långsammare och rörelserna osäkra. Huvudvärk, yrsel och illamående är vanligt. Uppfattningen om tid och rum förvanskas.

Syntetiska cannabinoider är ett samlingsnamn för syntetiskt framställda droger som spice. Det är vanligt att röka substanserna, men kan också injiceras eller sväljas. Drogerna ger effekter som liknar dem man får av cannabis. Rökmixar med syntetiska cannabinoider innehåller ofta högre koncentrationer av aktiva ämnen än cannabis. Det gör det farligare för hälsan.

Centralstimulerande medel är till exempel kokain, amfetamin och ecstasy. Amfetamin kan injiceras, sniffas eller blandas ut i vätska och drickas. Kokain sniffas ofta, men kan också rökas. Amfetamin och kokain framkallar ett rus som ger känslor av ökad energi, självförtroende och skärpt sinnesmedvetenhet. Kokainruset varar cirka 40 minuter, amfetaminruset i flera timmar. Substanserna kan ge utagerande, våldsamt beteende. Tecken på påverkan av amfetamin eller kokain kan vara spända käkar, stora pupiller, extrem pratsamhet och ett ”speedat” beteende. Personen kan uppträda forcerat, självsäkert och arrogant. Andra tecken kan vara att denna tål mycket alkohol utan att bli berusad. Hos vana användare kan ruset gradvis ersättas av rastlöshet, extrem retlighet, sömnlöshet, misstänksamhet och vanföreställningar.

Ecstasy förekommer ofta som tabletter med symboler, till exempel ett dollartecken eller ett bilmärke. Ecstasy kan ge starka känslor, som att bli mer positiv till sin omgivning. Vid högre doser kan man få hallucinationer. Tecken på ecstasypåverkan kan vara stora pulserande pupiller, rodnad, svettningar, spända käkar och snedtuggning.

Bensodiazepiner är ofta läkemedel som används för att behandla ångest och sömnsvårigheter. Bensodiazepiner som Rohypnol används också för att förstärka effekten av alkohol. Rohypnol stänger av förmågan till empati och ger minnesstörningar. En Rohypnolpåverkad person kan vara lättkränkt och ha lätt för att ta till kraftigt våld.

# Referenser

## Lagar

Alkohollag (SFS 2010:1622)

[www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/alkohol-lag-20101622\\_sfs-2010-1622](http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/alkohol-lag-20101622_sfs-2010-1622)

Lag om skydd mot olyckor (SFS 2003:778)

[www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003778-om-skydd-mot-olyckor\\_sfs-2003-778](http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/lag-2003778-om-skydd-mot-olyckor_sfs-2003-778)

Narkotikastrafflagen (SFS 1968:64)

[www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/narkotika-strafflag-196864\\_sfs-1968-64](http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/narkotika-strafflag-196864_sfs-1968-64)

Ordningslag (SFS 1993:1617)

[www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/ordningslag-19931617\\_sfs-1993-1617](http://www.riksdagen.se/sv/dokument-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/ordningslag-19931617_sfs-1993-1617)

## Föreskrift

Folkhälsomyndighetens föreskrifter och allmänna råd om kunskapsprov för serverings- och provsmakningstillstånd, HSLF-FS 2020:77

[www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/f/folkhalsomyndighetens-foreskrifter-hslf-fs-2020-77/](http://www.folkhalsomyndigheten.se/publikationer-och-material/publikationsarkiv/f/folkhalsomyndighetens-foreskrifter-hslf-fs-2020-77/)

## Rapporter

Brottsförebyggande rådet, BRÅ:s publikation 2015: Alkohol- och drogpåverkan vid misshandel, hot, personrån och sexualbrott

[bra.se/download/18.779f51ff14b839896444f1/1424700908919/2015\\_Kortanalys\\_Alkohol\\_och\\_drogp%C3%A5verkan.pdf](https://www.bra.se/download/18.779f51ff14b839896444f1/1424700908919/2015_Kortanalys_Alkohol_och_drogp%C3%A5verkan.pdf)

Brottsförebyggande rådet, BRÅ:s Nationella trygghetsundersökning, NTU, 2014

[bra.se/download/18.5e2a4a6b14ab1667599108/1631022656358/2015\\_1\\_NTU\\_2014.pdf](https://www.bra.se/download/18.5e2a4a6b14ab1667599108/1631022656358/2015_1_NTU_2014.pdf)

Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN, rapport nr 174, Negativa konsekvenser av alkohol, narkotika och tobak

[www.can.se/app/uploads/2020/01/can-rapport-174-negativa-konsekvenser-av-alkohol-narkotika-och-tobak.pdf](https://www.can.se/app/uploads/2020/01/can-rapport-174-negativa-konsekvenser-av-alkohol-narkotika-och-tobak.pdf)

Statens väg- och transportforskningsinstitut, VTI, rapport 25-2013, Riskkurva för alkohol - Studie baserad på omkomna personbilsförare i Sverige

[vti.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A669323&dswid=8780](https://vti.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2%3A669323&dswid=8780)

Nationellt forensiskt centrum, NFC, rapport 2016-01, Alkoholundersökningar för rättsligt bruk

Babor, T.F., Biddle-Higgins, J.C., Saunders, J.B. & Monteiro, M.G. (2001). AUDIT: The Alcohol Use Disorders Identification Test: Guidelines for Use in Primary Health Care. Geneva, Switzerland: World Health Organization.

## Webben

Att tänka på vid sexualbrott

[www.polisen.se/utsatt-for-brott/olika-typer-av-brott/sexualbrott/](https://www.polisen.se/utsatt-for-brott/olika-typer-av-brott/sexualbrott/)

Hjälp för godkända ID-handlingar

[www.skatteverket.se/privat/folkbokforing/idkort/villkorforattfaansokaomidkort/godkanda-id-handlingar.4.76a43be412206334b89800035836.html](https://www.skatteverket.se/privat/folkbokforing/idkort/villkorforattfaansokaomidkort/godkanda-id-handlingar.4.76a43be412206334b89800035836.html)

Hjälp för kontroll av körkort

[www.transportstyrelsen.se/sv/vagtrafik/Korkort/har-korkort/korkortet-som-id-handling/](https://www.transportstyrelsen.se/sv/vagtrafik/Korkort/har-korkort/korkortet-som-id-handling/)

Hjälp för kontroll av övriga ID-handlingar

[desjustegen.se](https://desjustegen.se)

Hur ändras beteendet vid alkoholkonsumtion?

[www.beroendecentrum.se/fakta/alkohol/hur-andras-beteendet-vid-alkoholkonsumtion/](https://www.beroendecentrum.se/fakta/alkohol/hur-andras-beteendet-vid-alkoholkonsumtion/)

Ansvarsfull alkoholservering är en vetenskapligt utvärderad arbetsmetod som syftar till att uppnå en god miljö på och kring serveringsställen. Metoden omfattar tre delar: utbildning, samverkan och tillsyn.

Metoden syftar till att minska våld kopplat till servering av alkohol på serveringsställen. För att uppnå syftet arbetas det aktivt med att minska berusningen och att hindra alkoholservering till minderåriga. En trevlig och trygg serveringsmiljö skapas genom att utbilda och därigenom öka kunskapen hos personalen.

Det här utbildningsmaterialet i Ansvarsfull alkoholservering riktar sig till dig som arbetar i serveringsmiljö.

---

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

Solna Nobels väg 18, 171 82 Solna Östersund Campusvägen 20, Box 505, 831 26 Östersund

[www.folkhalsomyndigheten.se](http://www.folkhalsomyndigheten.se)