

Tal om tobakk

Rapport 25. mars 2026

Innhald

1. Innleiing og hovudbodskap.....	2
2. Bruk av tobakksprodukt og vape	4
3. Tiltak og førebygging.....	20
4. Metode.....	24

Sjå rapporten i digital utgåve, der er universell utforming tatt betre omsyn til enn i denne PDF-utgåva:

<https://www.helsedirektoratet.no/rapporter/tal-om-tobakk>

1. Innleiing og hovudbodskap

Innleiing

Denne rapporten, *Tal om tobakk*, presenterer bruksmønster for tobakksprodukt og vape (òg kalla e-sigarett eller fordampar), og forsyningskjelder for sigarettar og snus. Den viser òg korleis bruken av desse produkta fordeler seg i befolkninga. Vidare presenterer rapporten tal for enkelte strukturelle tiltak og kampanjar.

Tobakksbruk har vore ein av dei viktigaste påverkelege risikofaktorane for sjukdomsbyrda, nasjonalt og internasjonalt, for både menn og kvinner ([Sykdomsbyrde i Norge, FHI](#)). Sjølv om andelen som røyker har gått mykje ned i Noreg dei siste tiåra, forklarar tobakksbruk framleis ein stor del av sjukdomsbyrda og dei estimerte kostnadene ved tobakksbruk er betydelege ([Samfunnsøkonomiske kostnader ved røyking, Helsedirektoratet](#)). Det er framleis nødvendig å redusere bruksomfanget for å få ned tobakks- og nikotinrelaterte helseskadar i befolkninga. Det vil òg gi helsegevinstar for kvar enkelt som bruker tobakksprodukt og vape.

For å kunna arbeide målretta for å førebygge tobakks- og nikotinbruk i befolkninga, og dessutan få fleire som allereie bruker desse produkta til å slutte, er det viktig med eit godt kunnskapsgrunnlag. Denne rapporten vil bidra med statistikk som kan brukast i arbeidet med førebygging av tobakksrelaterte helseskadar.

Tal om tobakk samlar data frå fleire ulike kjelder. Desse vert omtala i metodekapittelet. Rapporten er dynamisk og vil bli oppdatert med nye tal etter kvart som nye data blir tilgjengelege. Det er mogleg å få varsel om oppdateringar via ein abonnementsfunksjon som ligg nedst på rapporten si forside. Rapporten er ein del av en serie på tre ulike publikasjonar om rusmiddel- og tobakksbruk i Noreg, der dei andre publikasjonane er [Tall om alkohol](#) og [Tall om illegale rusmidler](#).

Tal om tobakk er ei vidareføring av rapporten [Tobakk i Norge](#) frå FHI. Innhaldet i rapporten er ikkje nøyaktig det same som Tobakk i Norge, men vidarefører sentral statistikk og bidreg med ny statistikk som ikkje har blitt publisert tidlegare.

Hovudbodskap

Bruk og trendar

- Andelen som røyker dagleg har gått ned gjennom mange år, medan andelen som røyker av og til har lege på same nivå over fleire tiår.
- Andelen unge mellom 16 og 24 år som røyker av og til har likevel auka dei siste åra, og var om lag 20 % i 2025. Auken har vore størst blant unge menn over tid (24 % i 2025), men andelen blant unge kvinner har òg auka, og var i 2025 om lag 18 %.
- Bruk av snus i aldersgruppa 25 til 34 år har auka dei siste åra, særleg blant menn, der 35 % brukte snus dagleg i 2025.
- Dagleg bruk av vape (òg kalla e-sigarett eller fordampar) er stabilt låg i befolkninga. Samstundes har av-og-til-bruk av vape i aldersgruppa 16 til 24 år auka dei siste åra. I 2025 var det vel 9 % som brukte vape av og til i denne aldersgruppa, om lag 13 % blant jenter og 6 % blant gutar. Om lag 3 av 4 brukar vape med nikotin.
- Det er om lag 30 % av befolkninga som brukar eitt eller fleire tobakks- og/eller nikotinprodukt. Denne andelen er høgare i aldersgruppa 16 til 24 år, med vel 40 % som brukte minst eit produkt dagleg eller av og til.
- Bruk av snus og sigarettar i kombinasjon er den vanlegaste forma for dobbelbruk blant dei som bruker tobakks- og/eller nikotinprodukt, og er mest utbreidd blant menn og yngre.

- Daglegrøyking og bruk av vape, både dagleg og av og til, er mindre utbreidd blant dei med lengre utdanning, medan det ikkje er ein like tydeleg samanheng mellom utdanning og bruk av snus.
- Bruk av tobakksprodukt og vape varierer mellom fødeland, der dei som er fødte i Europa (utanom Noreg) i størst grad røyker. Dagleg bruk av snus er mest utbreidd blant dei som er fødte i Noreg.
- Blant personar mellom 16 og 74 år som rapporterer å røyke eller bruke snus dagleg, kjem om lag 65 % av sigarettane dei brukte siste døgn, frå kjøp i fysiske butikkar eller nettbutikkar i Noreg i 2025. For snus er den tilsvarende andelen om lag 73 %.

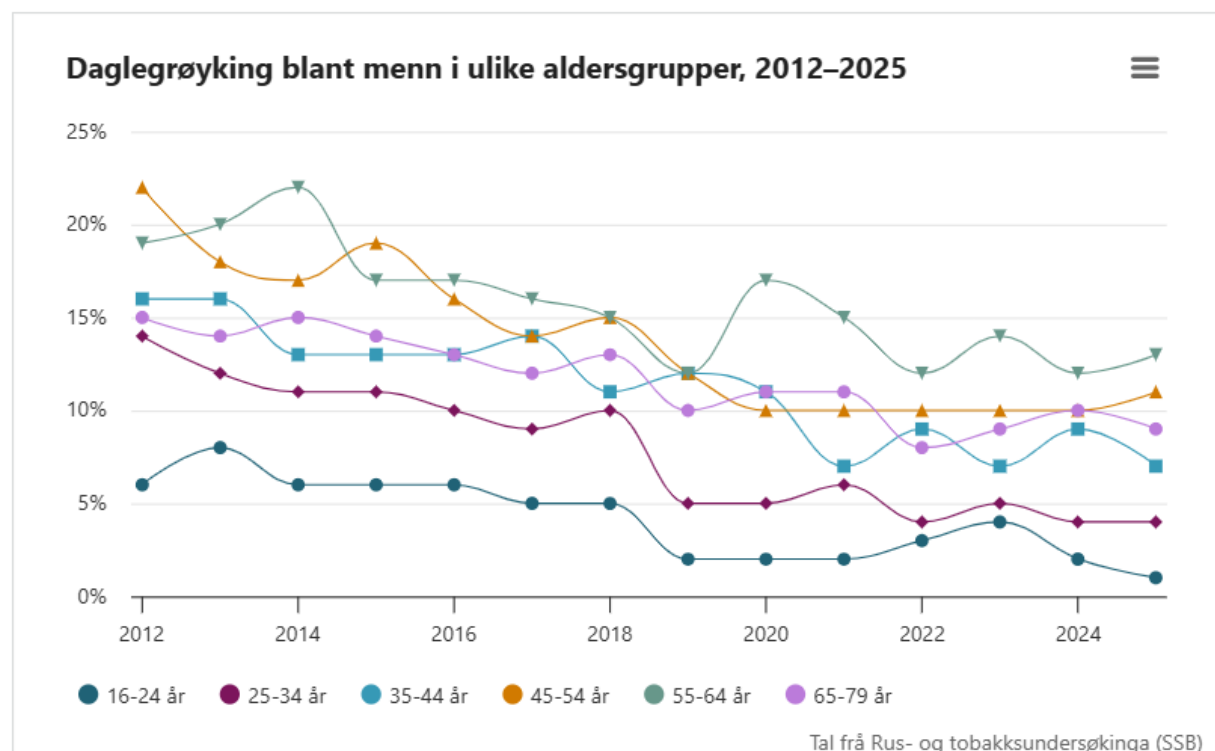
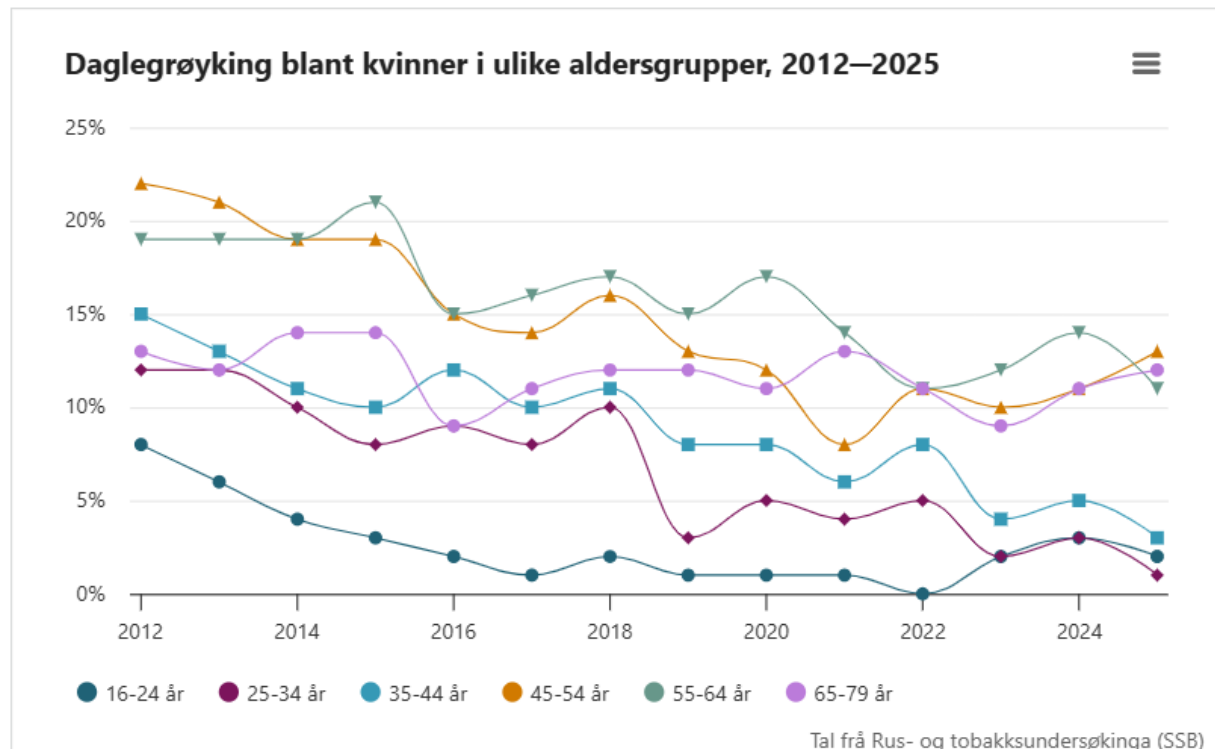
Tilsyn og bevillingar

- Kommunane avdekkja 755 regelbrot på tobakksskadelova i 2024. Dei vanlegaste brota på tobakksskadelova var manglar ved internkontrollen med 516 brot og brot på forbodet mot synleg oppstilling av tobakksvarer og tobakkssurrogat med 144 brot.
- I 2024 var det totalt 7616 salsstadar for tobakksvarer og tobakkssurrogat. I 2025 var talet på salsstadar 7509.
- I 2025 var det 28 verksemder som hadde bevilling for innførsel av tobakksvarer, 8 verksemder som hadde bevilling for utførsel av tobakksvarer og 2 verksemder som hadde bevilling for produksjon av tobakksvarer.

2. Bruk av tobakksprodukt og vape

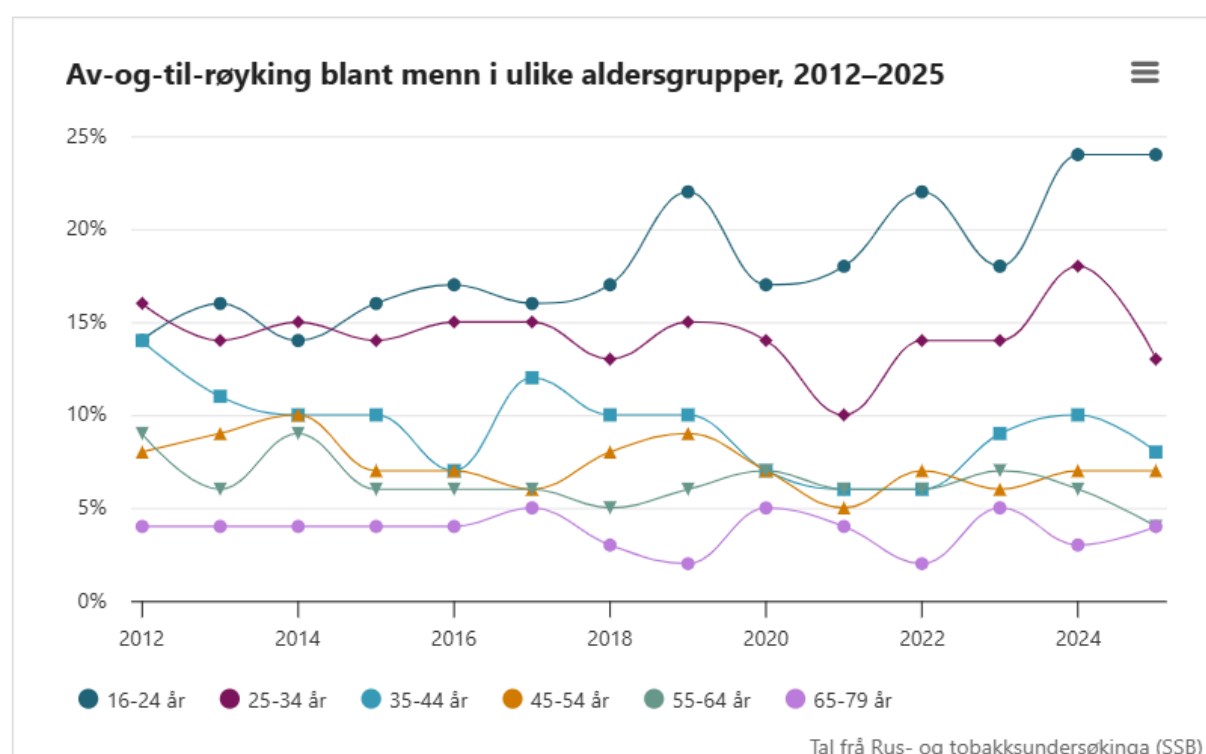
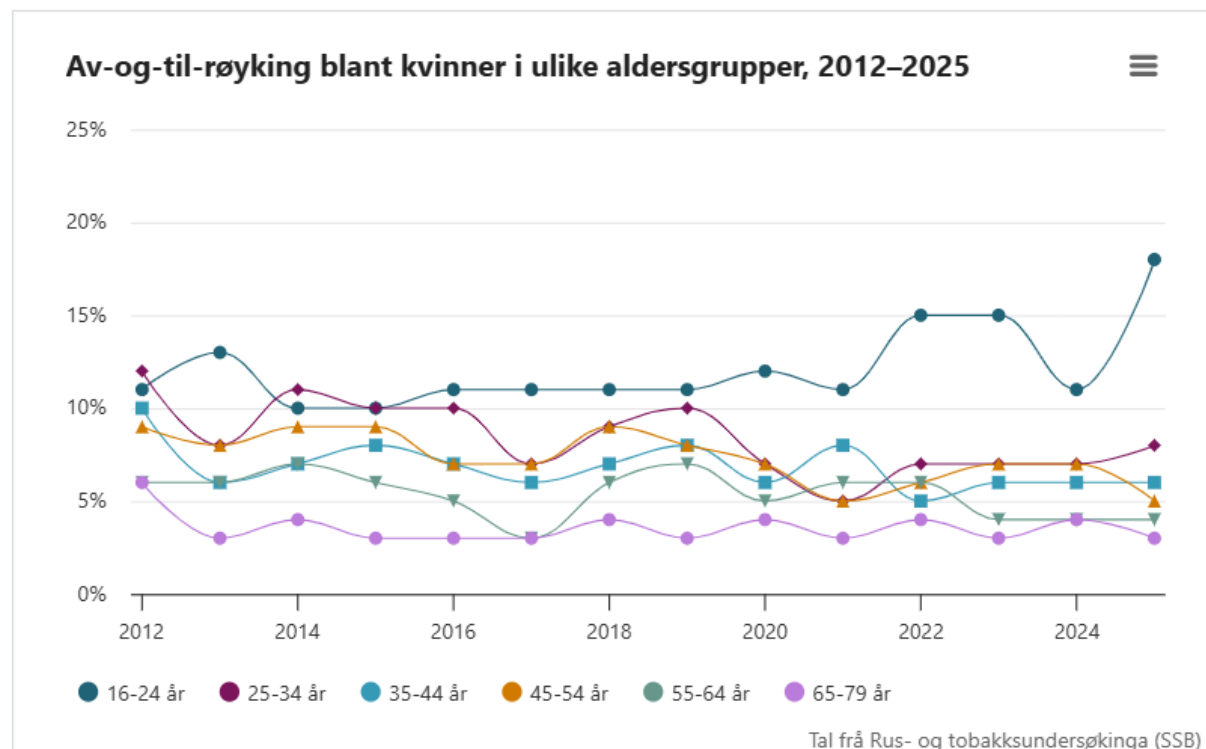
Røyking

Daglegrøyking i befolkninga har gått ned i Noreg i heile perioden der dette er målt (1973 til 2025). Samtidig har forskjellen i daglegrøyking mellom kvinner og menn forsvunne i løpet av same periode ([Utbredelse av røyking i Norge, FHI, 2024](#)). Det er flest som røyker dagleg i aldersgruppene som er eldre enn 45 år, sjå figurar nedanfor.

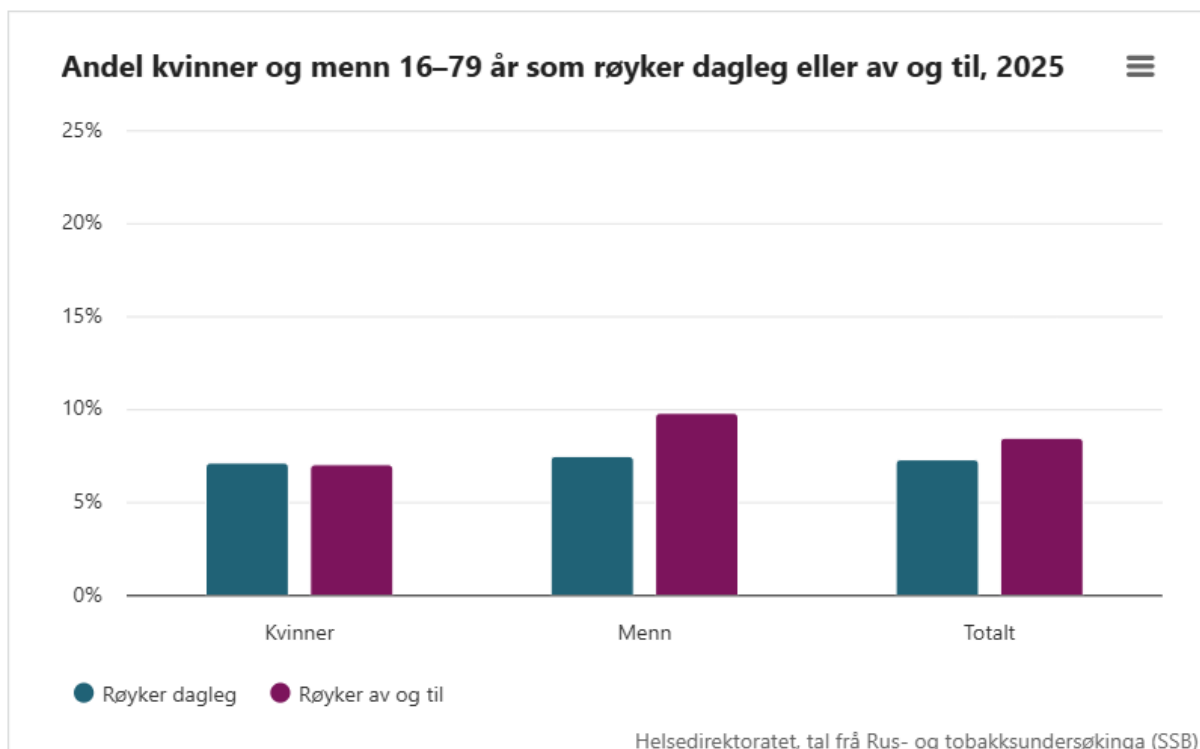


Andelen som røyker av og til har ikkje hatt den same nedgangen over tid som daglegrøyking. Den har lege på eit jamt lågare nivå med ein gjennomsnittleg førekomst på 8–12 % i heile perioden frå 1973 til 2025.

Det har vore ei auke i av-og-til-røyking blant menn 16–34 år frå 2018 til 2024. Blant unge menn i alderen 16–24 år har andelen som røyker av og til auka heilt sidan 2012 til 2024. Det var inga ytterlegare endring i av-og-til-røyking blant unge menn frå 2024 til 2025. Andelen unge kvinner (16–24 år) som røyker av og til har lege rundt 10 % frå 2012, med nokre variasjonar. Men i 2025 steig andelen til 18 %, sjå figurar nedanfor.

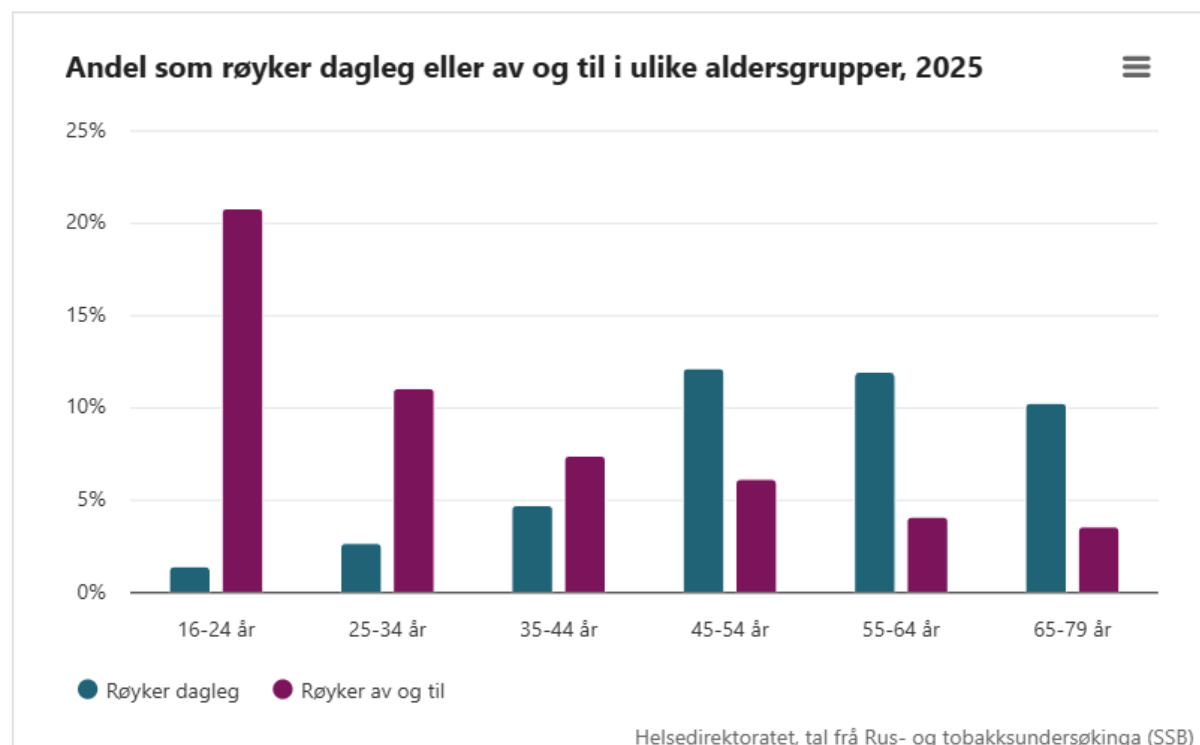


I 2025 rapporterte i overkant av 7 % av både menn og kvinner at dei røykte dagleg. Omfanget av av-og-til-røyking var i 2025 om lag på same nivå som i tidlegare år ([Utbredelse av røyking i Norge, FHI, 2024](#)), med om lag 10 % blant menn og 7 % blant kvinner, 8,4 % totalt.



Det er store forskjellar i førekomsten av dagleg- og av-og-til-røyking mellom ulike aldersgrupper, med ein aukande trend for daglegrøyking og ein minkande trend for av-og-til-røyking med aukande alder. Blant 16–24-åringane rapporterte 1,4 % at dei røykte dagleg i 2025, medan andelen blant 25–34-åringane låg på 2,6 %. I aldersgruppene 45–54 år og 55–64 år rapporterte om lag 12 % å røyke dagleg.

For av-og-til-røyking er situasjonen motsett, og vi finn dei høgaste andelane i yngre aldersgrupper. Blant 16–24-åringane rapporterte om lag 21 % at dei røykte av og til, medan andelen blant 25–34-åringane var om lag 11 %.

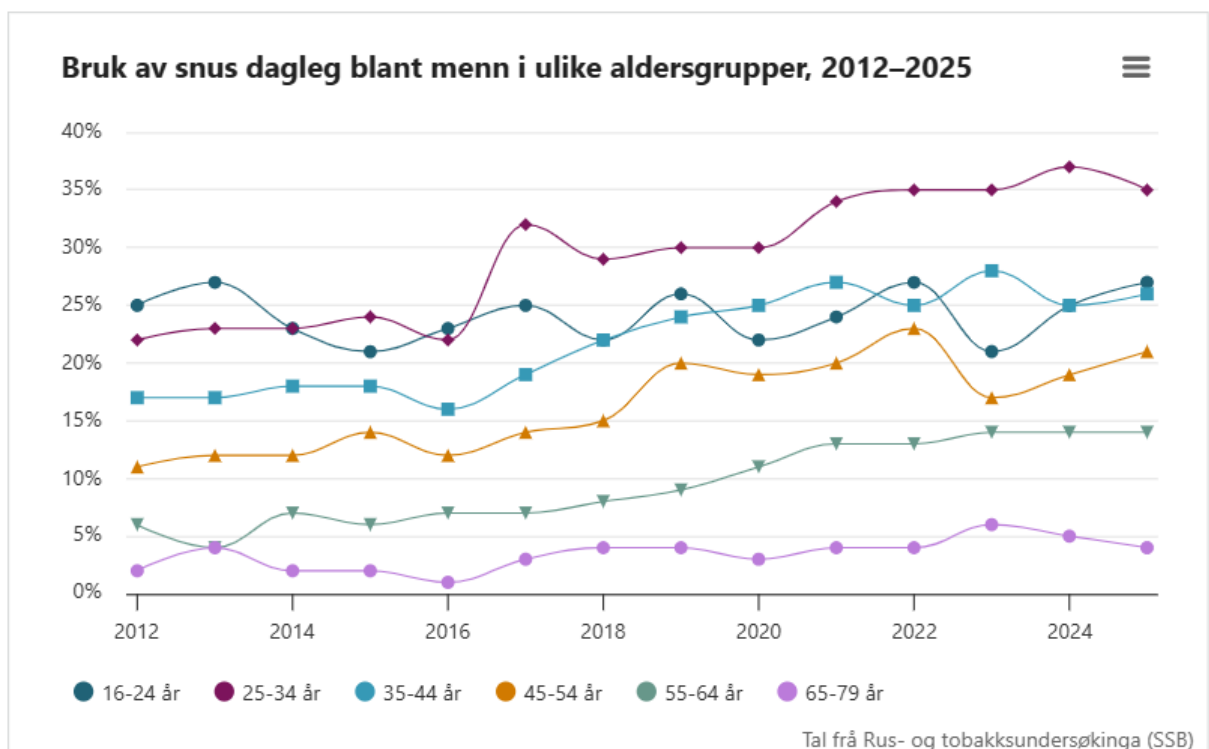
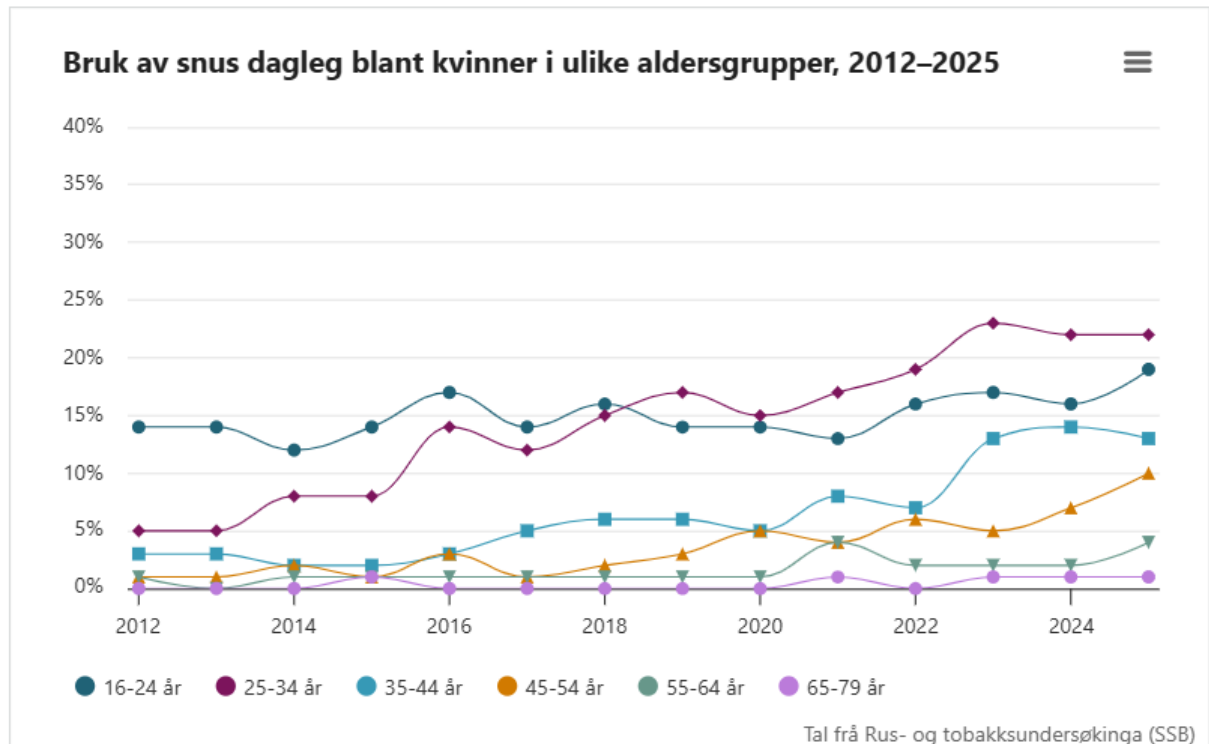


Bruk av snus

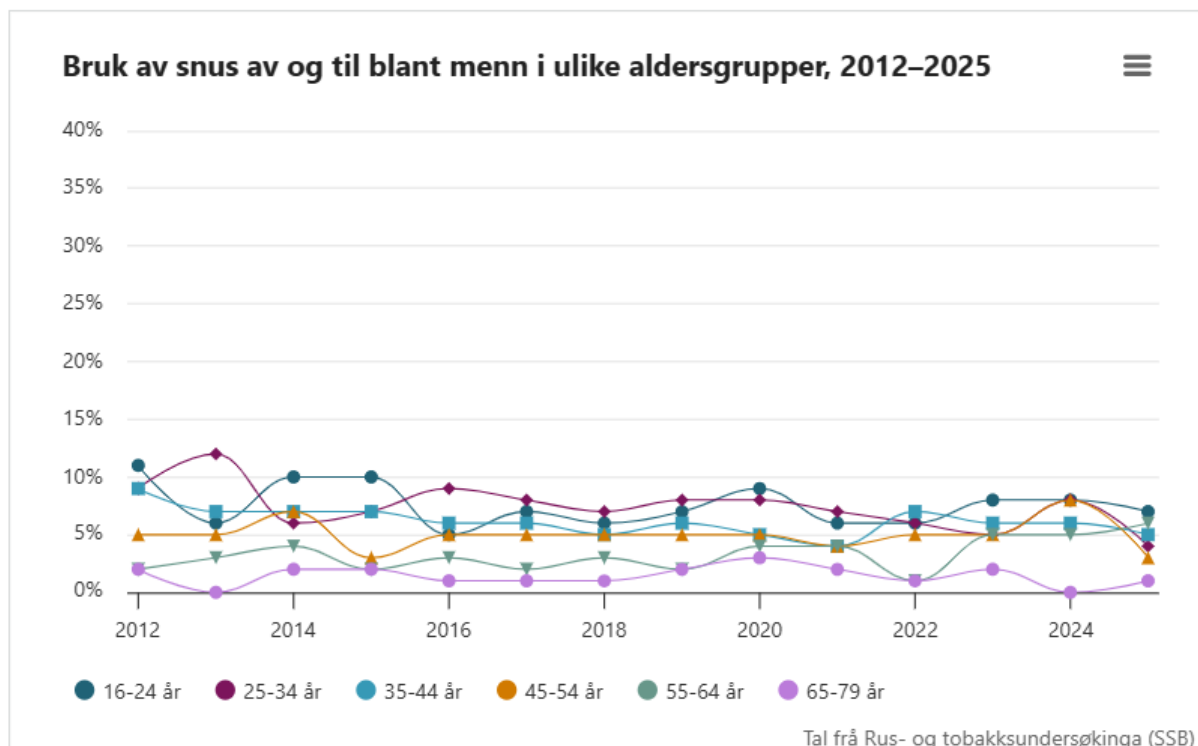
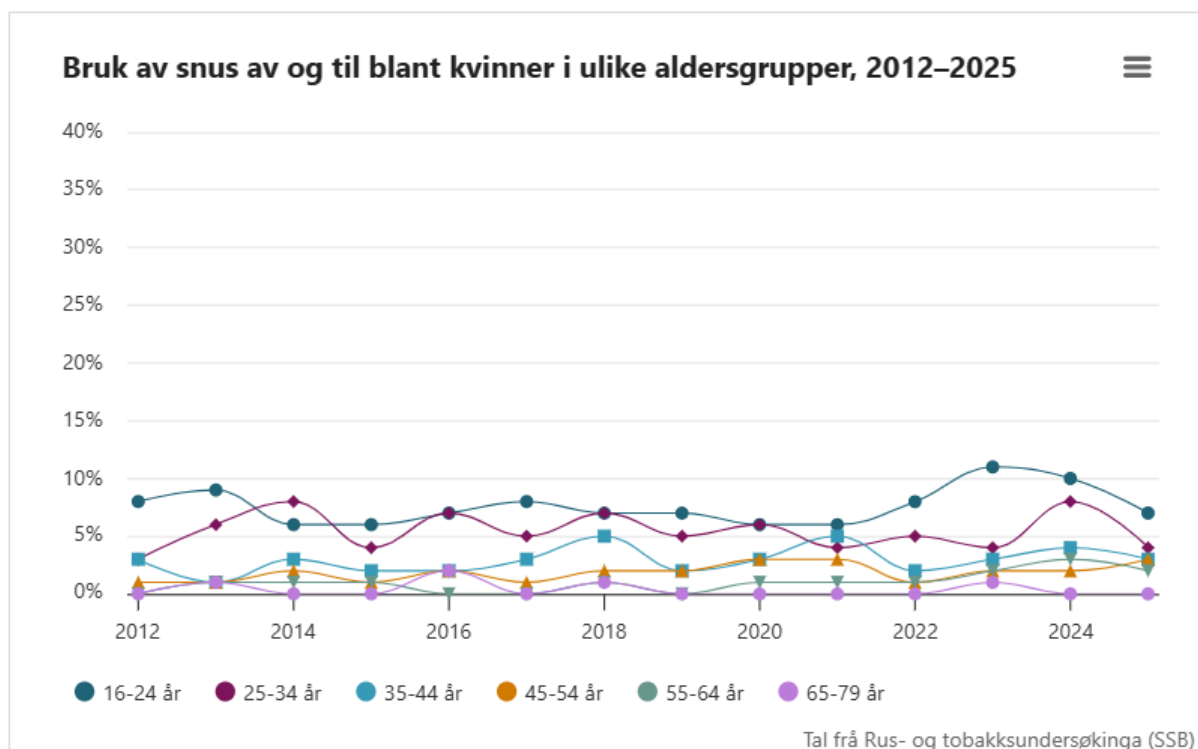
Medan røyking har gått ned i befolkninga dei siste tiåra, har bruken av snus auka (FHI, 2024).

Andelen som bruker snus dagleg har auka sidan 2012 i befolkninga, men med ulik grad av auke i ulike aldersgrupper. Blant dei yngste (16–24 år) og dei eldste (65–79 år) har bruken vore stabil.

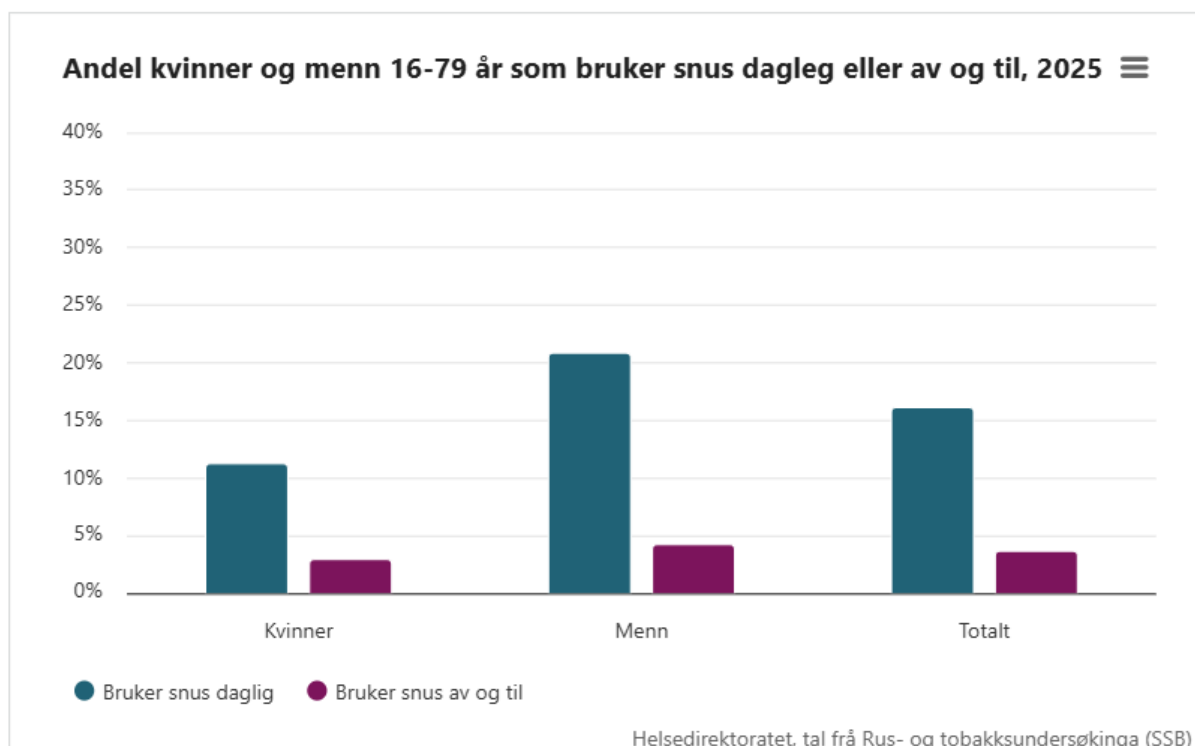
Fleire menn enn kvinner bruker snus dagleg, og bruken er hyppigare blant dei under 45 år. Dagleg bruk av snus har sidan 2012 lege stabilt på rundt 15 % for kvinner og om lag 25 % for menn i aldersgruppa 16–24 år, medan det har vore ein aukande trend i aldersgruppene 25 til 64 år, særleg blant menn, sjå figurar nedanfor.



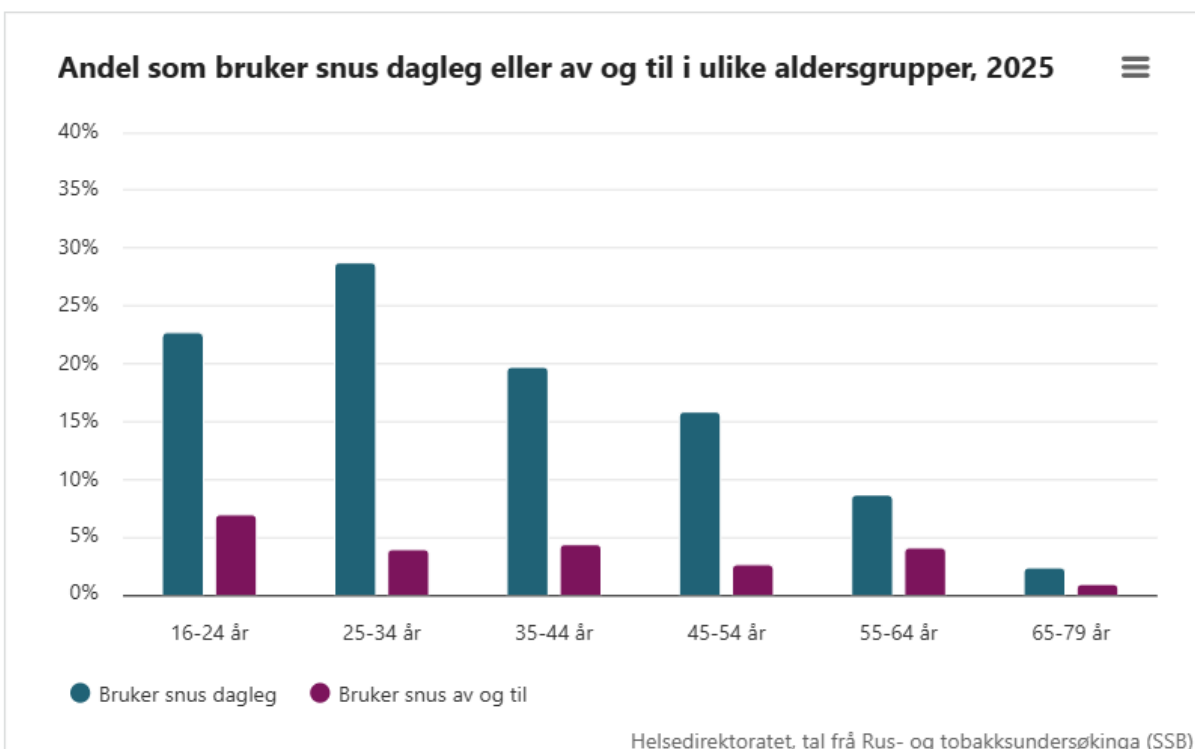
Andelen som rapporterer å bruke snus av og til har halde seg meir stabil dei siste 13 åra, og her er det mindre forskjellar mellom kjønna enn blant dei som bruker snus dagleg, sjå figurar nedanfor.



I 2025 rapporterte vel 20 % av menn at dei brukte snus dagleg, medan vel 4 % rapporterte at dei brukte snus av og til. Blant kvinner var andelen som brukte snus dagleg i overkant av 11 %, medan 3 % brukte snus av og til, sjå figurar nedanfor.



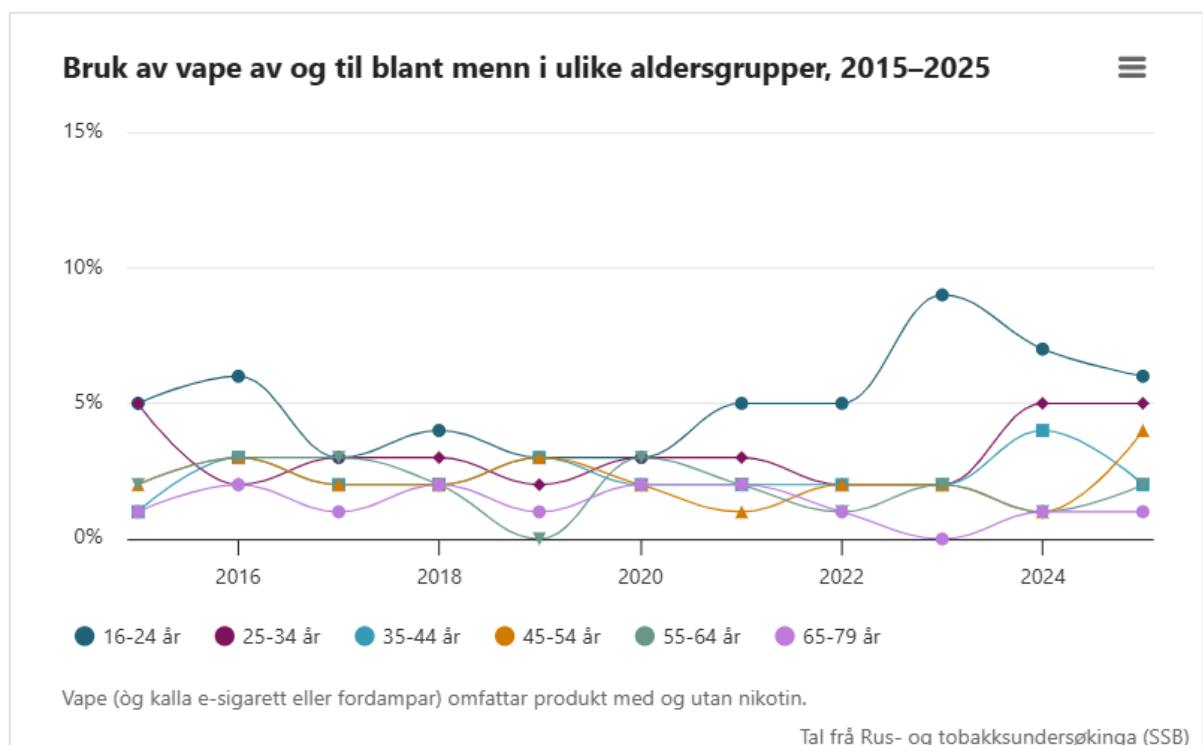
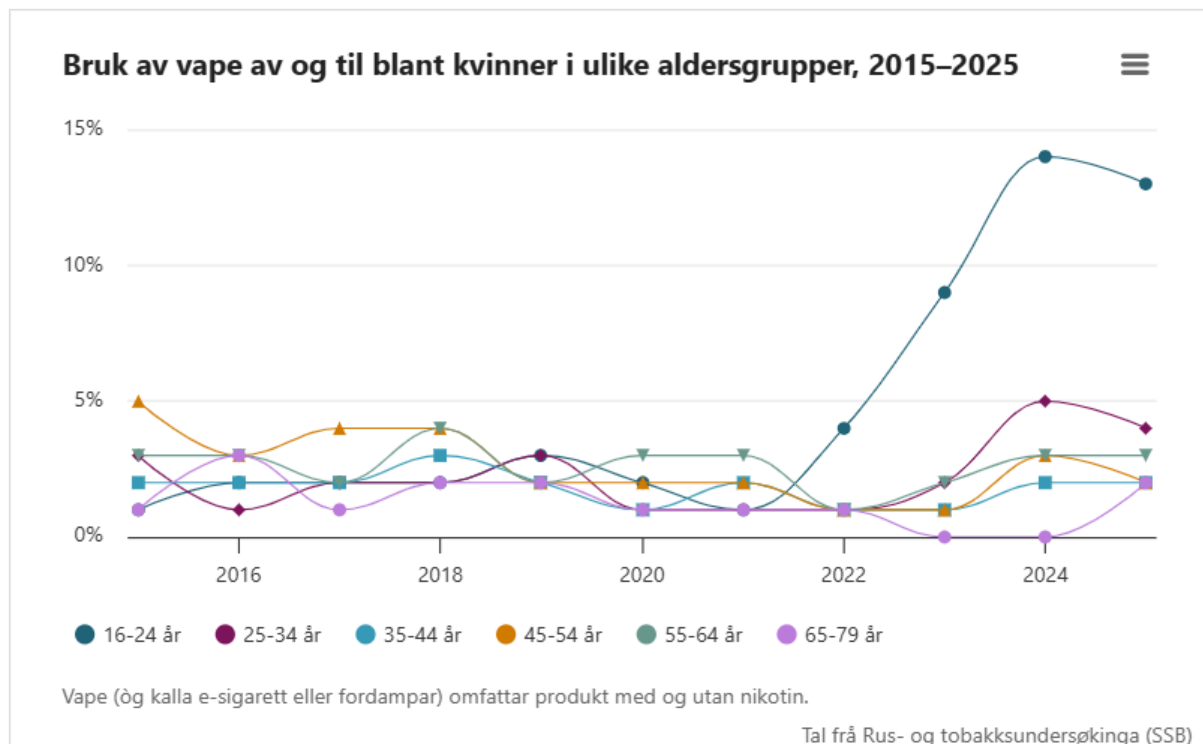
Bruk av snus er mest utbreidd blant unge vaksne . I 2025 rapporterte nesten 29 % i aldersgruppa 25 til 34 år at dei brukte snus dagleg, medan 4 % rapporterte at dei brukte snus av og til. I den yngste aldersgruppa (16–24 år) rapporterte om lag 23 % dagleg bruk og 7 % av-og-til-bruk av snus.



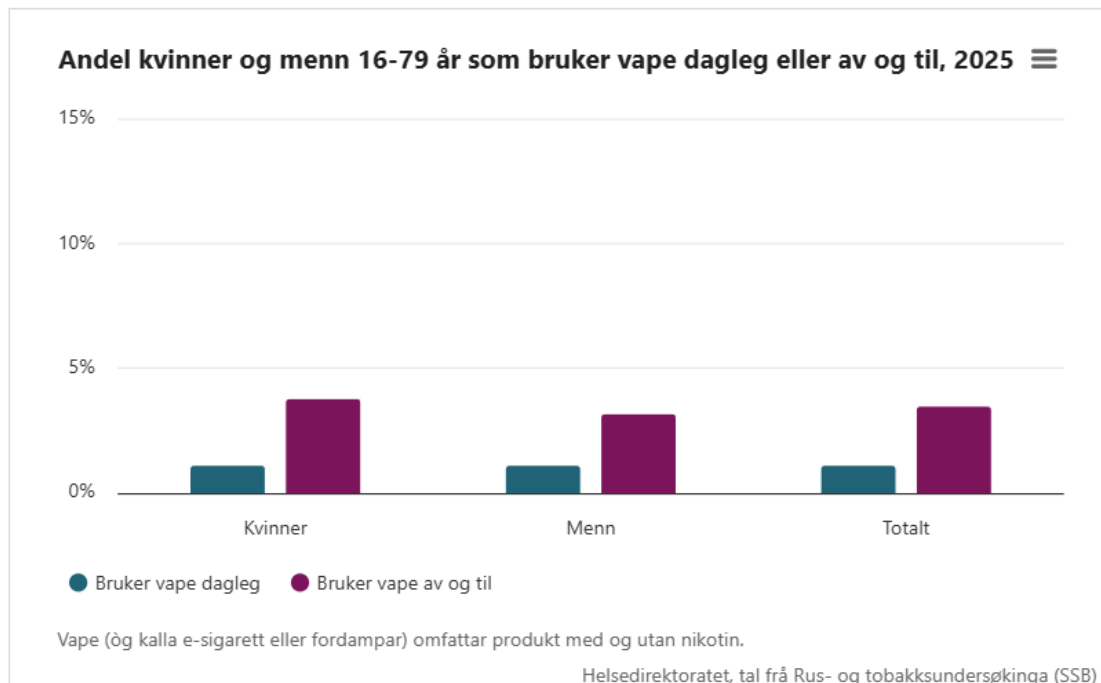
Bruk av vape

Den vanlegaste måten å bruke tobakksprodukt på i Noreg er å røyke eller bruke snus. Til samanlikning er det langt færre som rapporterer at dei bruker vape (òg kalla e-sigarett eller fordampar) (med og utan nikotin kombinert) dagleg eller av og til.

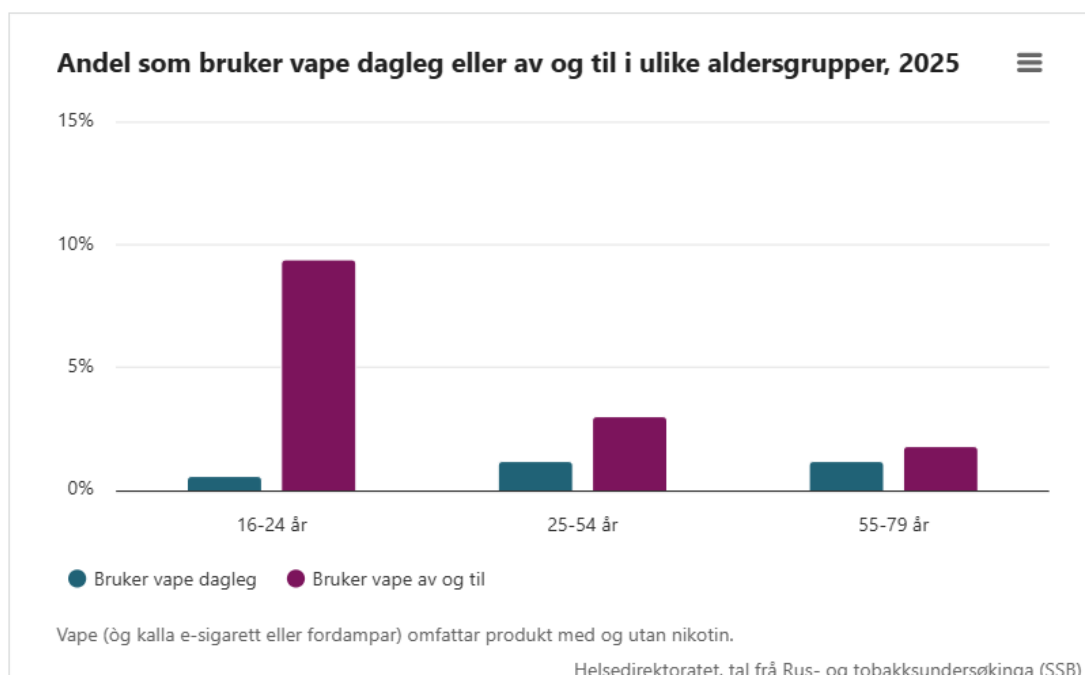
Dagleg bruk av vape har lege stabilt på om lag 1 % i alle aldersgrupper frå 2012 til 2025. Andelen som bruker vape av og til er derimot høgare, og har auka i nokre aldersgrupper. Auken dei siste fire til fem åra i av-og-til-bruk er spesielt stor hos jenter 16–24 år, frå om lag 2 % i 2020 til 13 % i 2025. Hos gutar 16–24 år har andelen auka frå om lag 3 % i 2020 til 6 % i 2025. Det har ikkje vore ein auke frå 2024 til 2025, sjå figurar nedanfor.



I 2025 var det like mange menn som kvinner som rapporterte å bruke vape dagleg, 1,1 %, medan litt fleire kvinner enn menn rapporterte å bruke vape av og til; 3,8 % mot 3,2 %.



Som figuren nedanfor viser var det relativt liten forskjell i dagleg bruk av vape mellom ulike aldersgrupper medan av-og-til-bruk var langt meir utbreidd blant 15–24-åringar enn i høgare aldersgrupper.

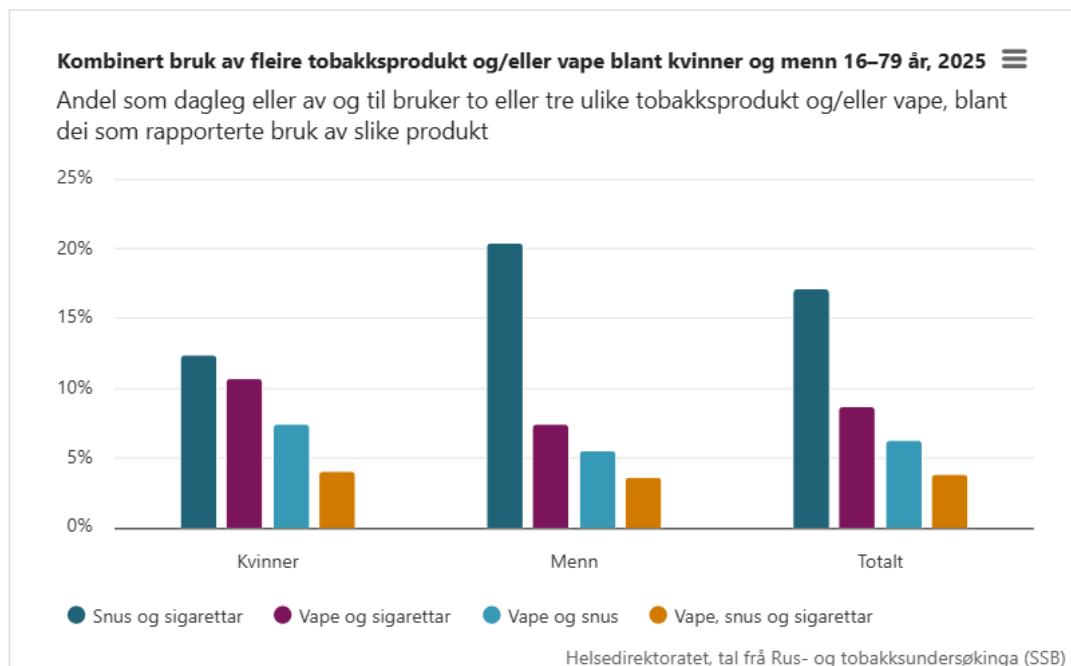


Av dei som rapporterte å bruke vape dagleg eller av og til i 2025, var det om lag 77 % som brukte vape med nikotin, om lag 11 % brukte utan nikotin og 12 % som ikkje visste om dei inneheldt nikotin.

Kombinert bruk av tobakksprodukt og vape

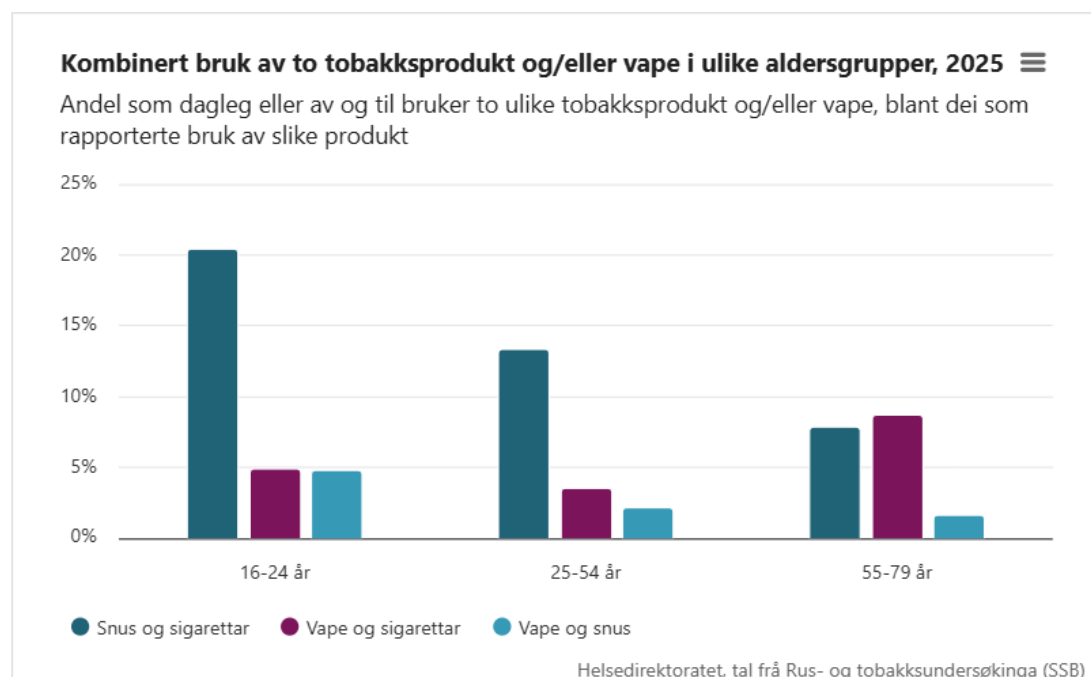
Dei fleste som bruker tobakksprodukt eller vape bruker berre eitt produkt, men i 2025 var det likevel ein stor andel som rapporterte å bruke ulike kombinasjonar av fleire tobakks- og nikotinprodukt. Det var 26 % av kvinnene og 36 % av mennene (16-79 år) som rapporterte at dei brukte minst eit tobakks- eller nikotinprodukt dagleg eller av og til, dvs. at dei brukte eit, to eller tre produkt i kombinasjon. I aldersgruppa 16 til 24 år var andelane høgare, og om lag 41 % av både kvinner og menn brukte minst eit produkt dagleg eller av og til (ikkje vist i figur).

Den vanlegaste kombinasjonen av bruk av to produkt, var bruk av snus og sigarettar for både kvinner og menn, men for kvinner var bruk av vape og sigarettar nesten like vanleg medan kombinasjonen vape og snus var den misnt vanlege. Blant kvinner i alderen 16 til 79 år som rapporterte å bruke minst eit tobakksprodukt og/eller vape, rapporterte vel 12 % at dei brukte snus og sigarettar. Tilsvarende tal for menn var omlag 20 %. Det var mindre vanleg å bruke alle tre produkta, og om lag 4 % av både kvinner og menn rapporterte at dei brukte alle tre produkta i kombinasjon, sjå figur nedanfor.



Å bruke to produkt i kombinasjon varierte med alder. Bruk av både snus og sigarettar og bruk av snus og vape var vanlegast blant dei mellom 16 og 24 år og mindre vanleg med aukande alder, medan kombinasjonen vape og sigarettar var vanlegast blant dei mellom 55 og 79 år, sjå figuren nedanfor.

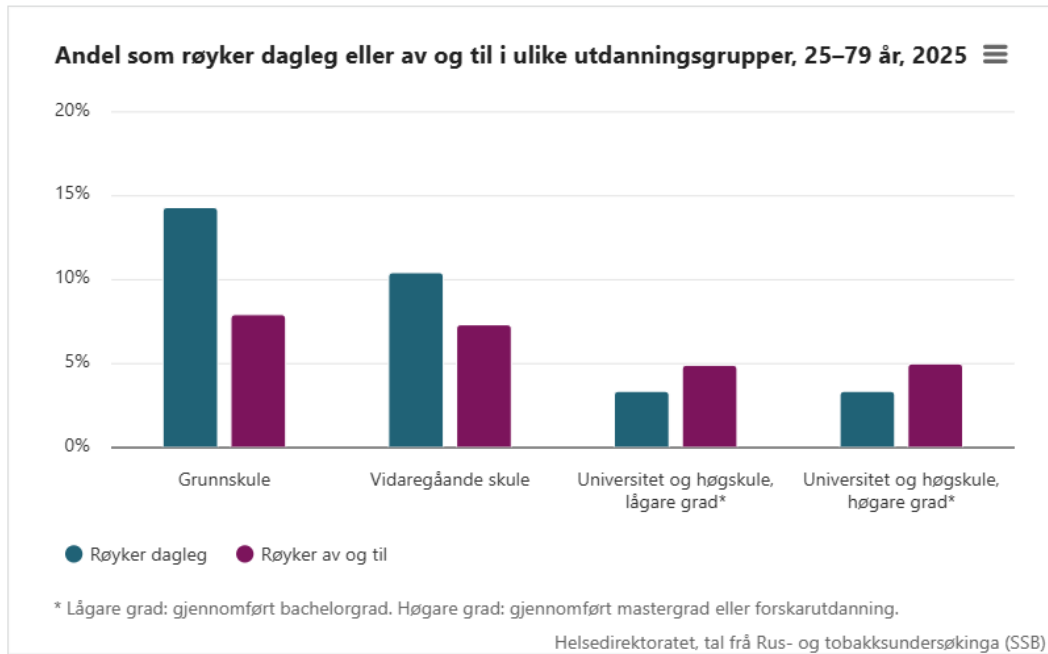
Bruken av alle tre produkta var vanlegast i aldersgruppa 16 til 24 år med 9,9 % og nest vanlegast blant dei som var 25 til 54 år med 3,2 %. Blant dei eldste var det berre 0,5 % som brukte alle tre produkta (tala er ikkje vist i figur).



Sosiodemografiske forskjellar

Bruk av tobakksprodukt og vape etter utdanning

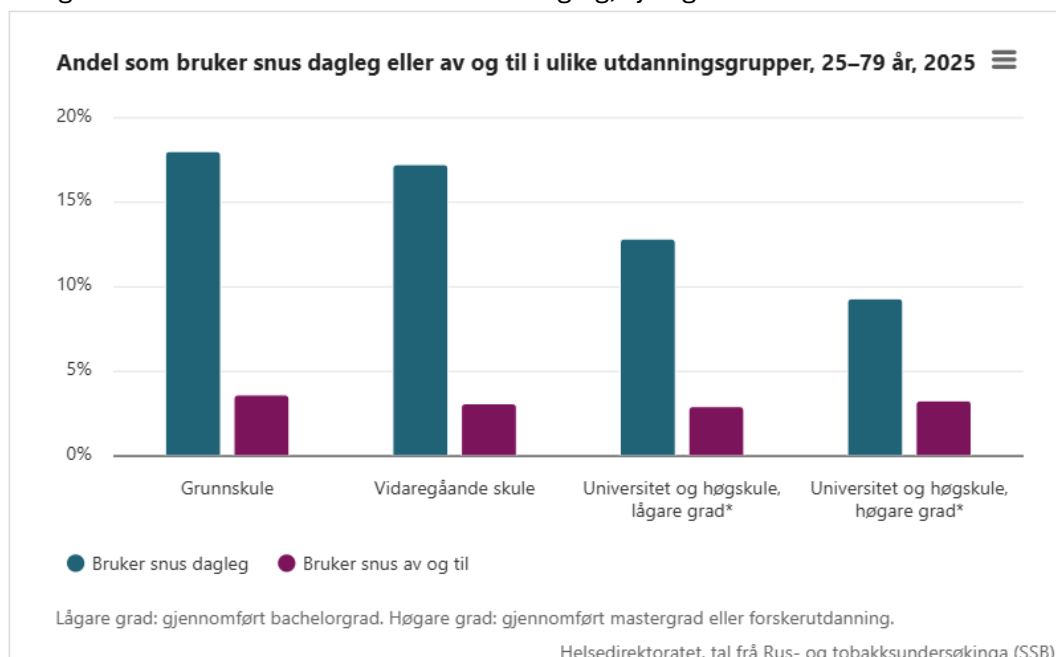
Tal frå Rus- og tobakksundersøkinga i 2025 viser at bruk av sigarettar, snus og vape er meir utbreidd blant personar med kortare utdanning samanlikna med dei med lengre utdanning (aldersgruppa 25 år eller eldre). Ein høgare andel av dei med grunnskule eller vidaregåande skule rapporterer at dei røyker dagleg (høvesvis 14,3 og 10,4 %) samanlikna med dei som har universitetsutdanning (3,3 %). Det å røyke av og til er jamnare fordelt mellom utdanningsgruppene, sjå figur nedanfor.



Det er mindre forskjellar mellom utdanningsgruppene i andelen som rapporterte bruk av snus, sjølv om det òg her er noko mindre bruk blant dei med lengre utdanning. Blant dei med grunnskule eller vidaregåande skule rapporterte 18 % å bruke snus dagleg i 2025. Om lag 13 % av dei med lågare universitetsutdanning, og om lag 9 % av dei med høgare universitetsutdanning rapporterte å bruke snus dagleg i 2025.

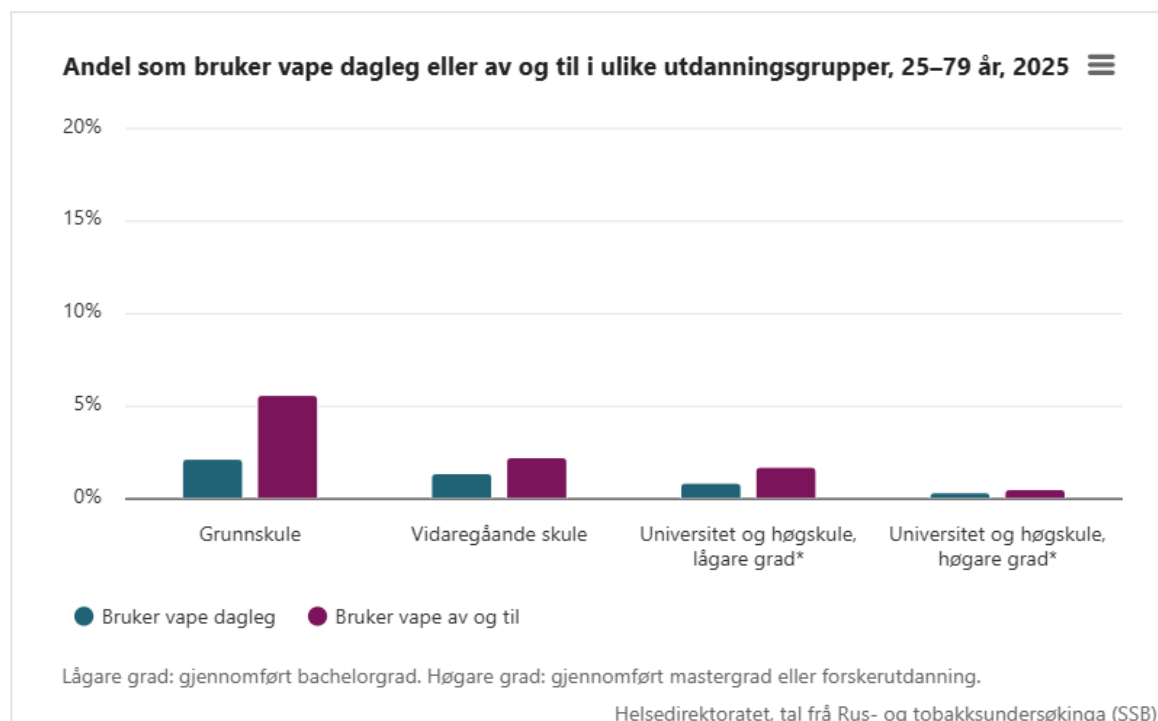
I alle utdanningsgrupper er det mindre vanleg å bruke snus av og til, enn å røyke av og til.

Det var mindre forskjellar mellom utdanningsgruppene i andelane som rapporterte å bruke snus av og til enn mellom dei som brukte snus dagleg, sjå figuren nedanfor.



Bruk av vape er òg meir utbreidd blant dei med kortare utdanning. Om lag 2 % av dei med grunnskule rapporterte at dei brukte vape dagleg i 2025, mot mindre enn 1 % blant dei med universitetsutdanning.

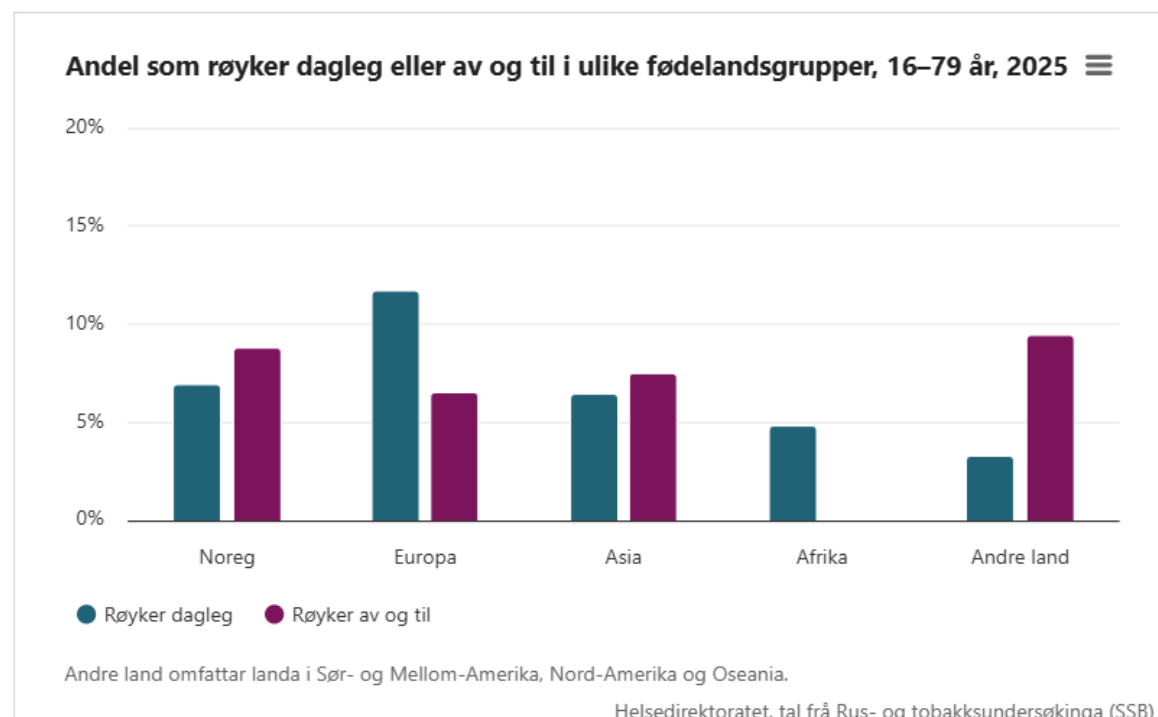
Det er meir utbreidd å bruke vape av og til enn dagleg, og slik bruk er og meir vanleg blant de med kortare utdanning; meir enn 5 % av dei med grunnskule brukte vape av og til i 2025 mot mindre enn 1 % av dei med høgare universitetsutdanning, sjå figur.



Bruk av tobakksprodukt og vape etter fødeland

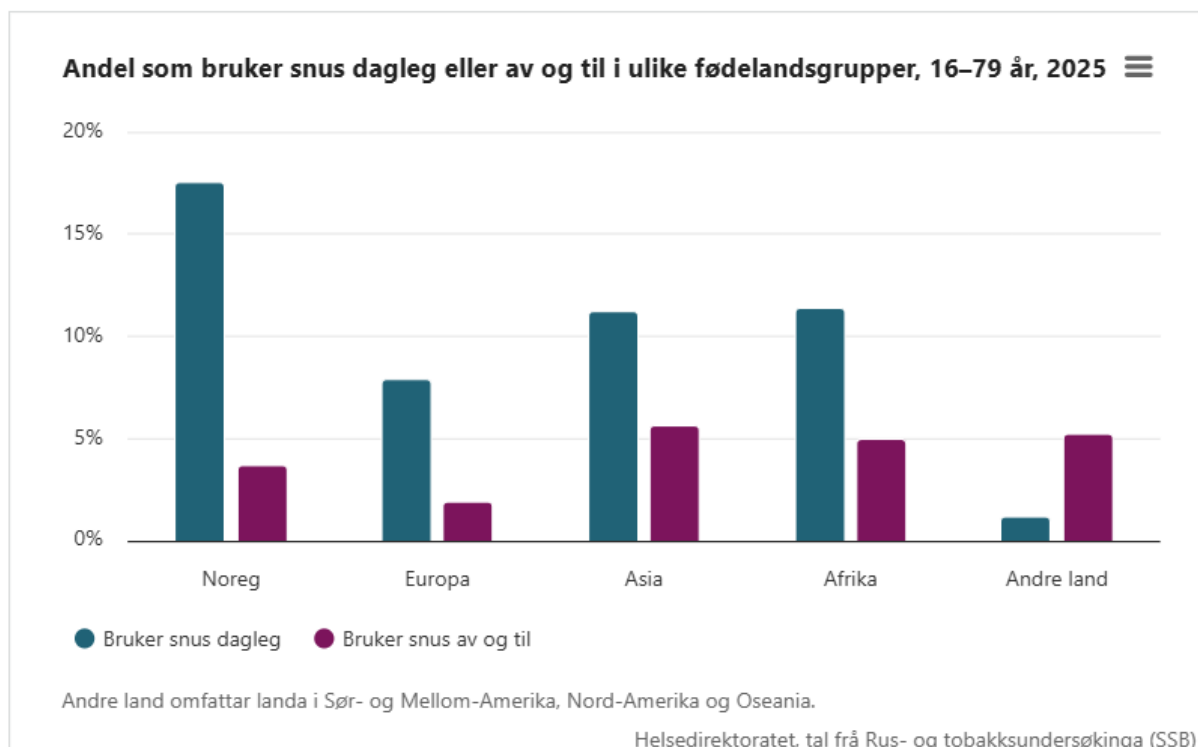
Røyking varierer med fødelandsgruppe. Daglegrøyking er meir utbreidd blant dei som er fødte i Europa (utanom Noreg) enn i Noreg, Asia, Afrika og andre land (dette er land i Sør- og Mellom-Amerika, Nord-Amerika og Oseania).

Det er mindre skilnader i av-og-til-røyking mellom fødelandsgruppe, med unntak av Afrika, der ingen i utvalet rapporterte å røyke av og til, sjå figur.



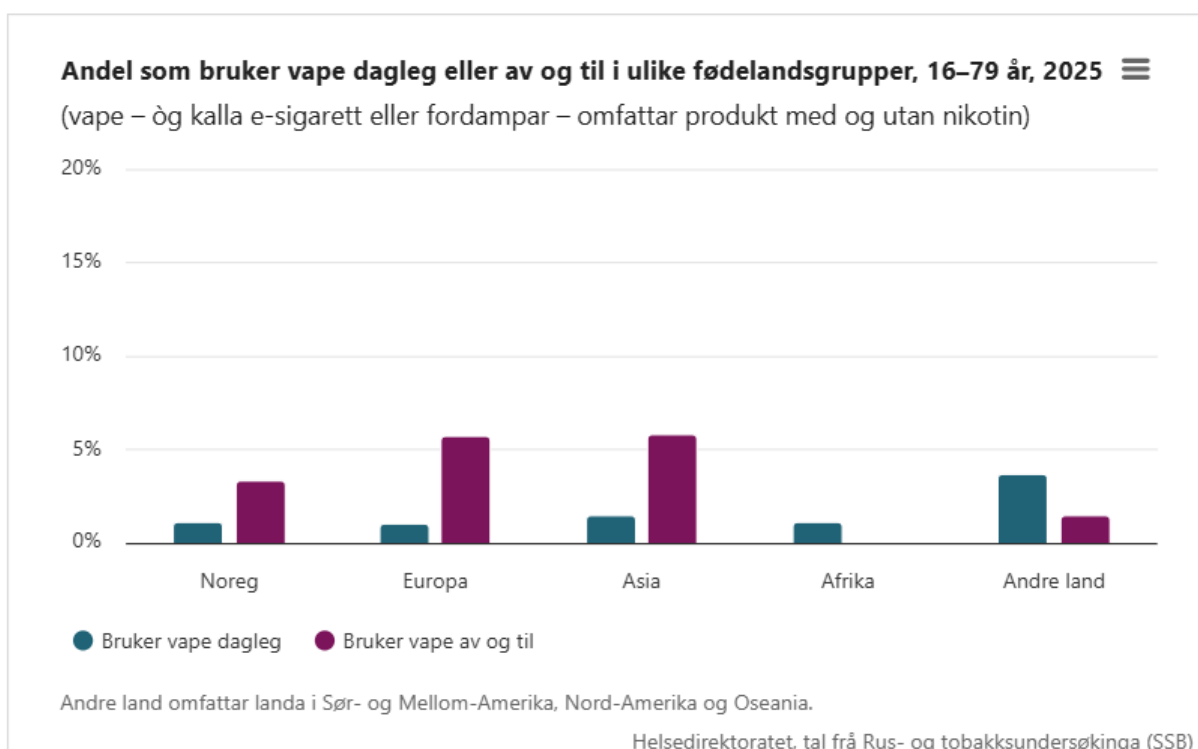
Dagleg bruk av snus er meir utbreidd blant dei som er fødde i Noreg samanlikna med dei andre fødelangsgruppene.

Bruk av snus av og til er mindre vanleg enn dagleg bruk i alle fødelandsgrupper utanom i «andre land». Av-og-til-bruk av snus er noko meir vanleg blant dei som er fødde utanfor Europa, sjå figur.



Dagleg bruk av vape er lite utbreidd i alle fødelandsgrupper (rundt 1 %), og mindre utbreidd enn bruk av og til, med unntak frå landa i Sør- og Mellom-Amerika, Nord-Amerika og Oseania og Afrika der dagleg bruk er meir utbreidd enn bruk av og til.

Av-og-til-bruk av vape er meir vanleg blant dei med fødeland i Europa (utanom Noreg) og Asia samanlikna med dei dei andre fødelandsgruppene, inkludert Noreg, sjå figur.



Alder for oppstart av regelmessig bruk av tobakk

Det er stor variasjon i alder for første gongs bruk av sigarettar og snus. Spørsmålet i Rus- og tobakksundersøkinga (sjå [Metode](#)) «Kor gamal var du då du begynte å røyke dagleg?» blei stilt til dei som rapporterte å røyke dagleg no eller hadde røykt dagleg tidlegare. I 2025 varierte alderen frå 9 til 79 år, med eit gjennomsnitt på 17,7 år. Det var små kjønnsforskjellar.

Spørsmålet i den same undersøkinga: «Kor gamal var du då du begynte å bruke snus regelmessig?» blei stilt til dei som rapporterte å bruke snus dagleg eller av og til no. I 2025 varierte alderen frå 9 til 70 år, med eit gjennomsnitt på 24,9 år. Kvinner starta i gjennomsnitt om lag to år seinare enn menn (26,1 år mot 24,2 år).

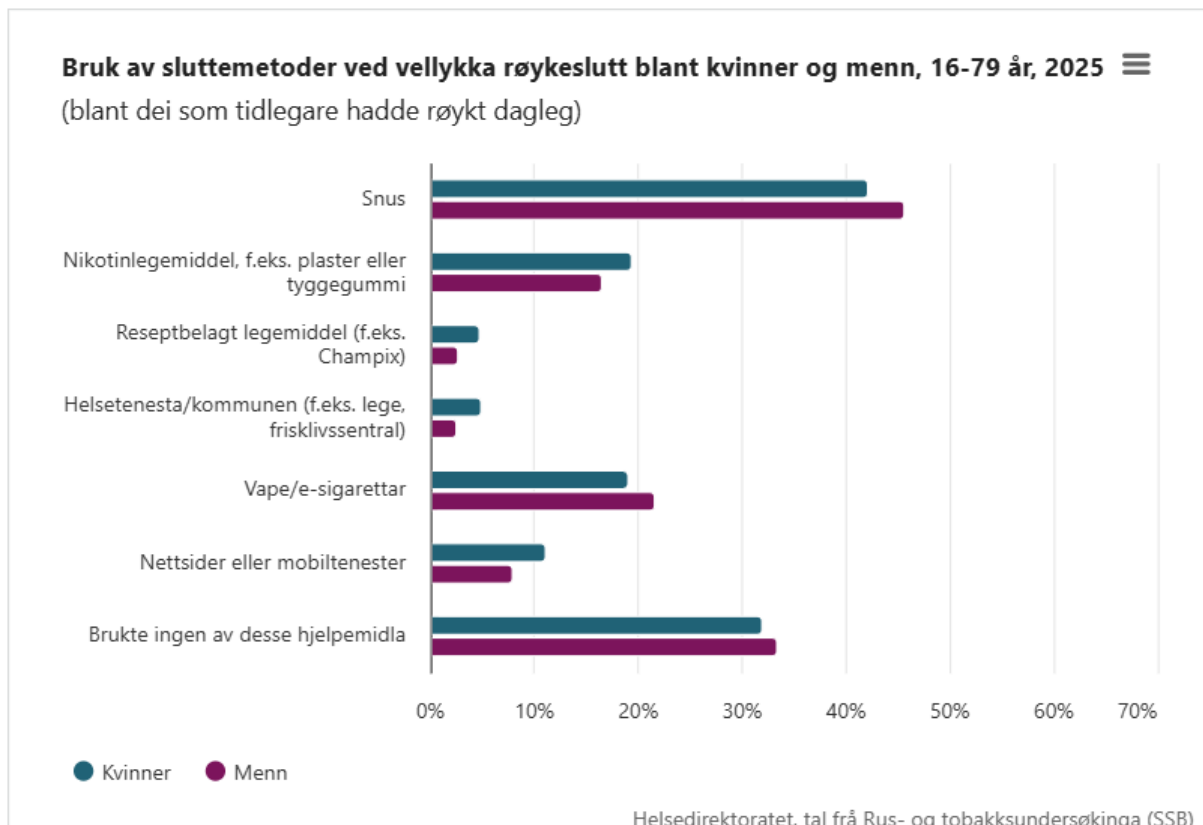
Dersom ein ser spesielt på kvinner i aldersgruppa 45–79 år i 2025 var gjennomsnittleg alder for å bruke snus regelmessig 43,7 år, og 18,4 år for oppstart av daglegrøyking. For menn i denne aldersgruppa var gjennomsnittleg oppstartsalder for regelmessig bruk av snus 33,4 år, mens tilsvarande alder for daglegrøyking var 17,5 år.

Røykeslutt og sluttemetode

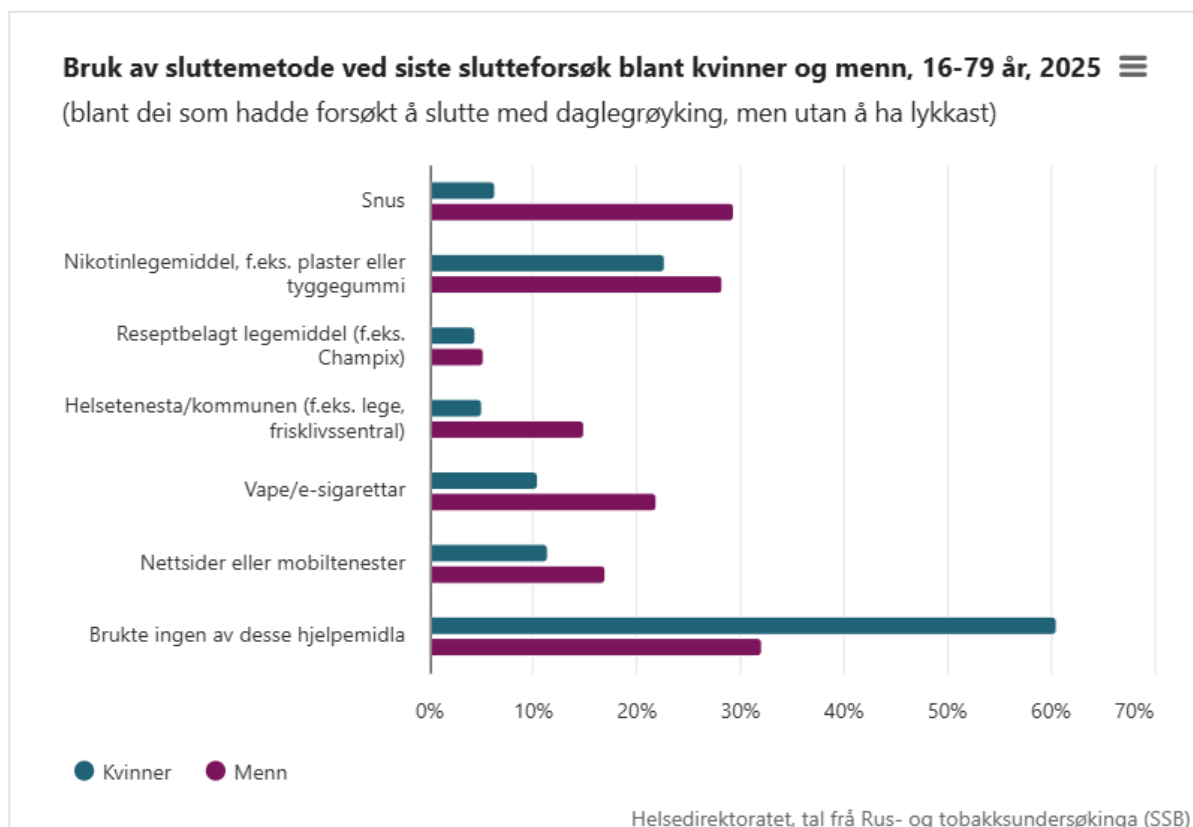
Av dei som i 2025 rapporterte å røyke dagleg, rapporterte 75,4 % at dei hadde forsøkt å slutte minst éin gong, og 33,7 % av dei som hadde forsøkt å slutte, hadde forsøkt i løpet av dei siste 12 månadene, men utan å lykkast.

Blant dei som tidlegare hadde røykt dagleg (og som slutta å røyke dagleg for mindre enn 10 år sida), var den mest brukte sluttemetoden å bruke snus. Det var over 40 % som rapporterte at dei brukte snus som hjelpemiddel då dei slutta. Det var óg mange som nytta vape som hjelpemiddel, om lag 20 %. Snus og vape som hjelpemiddel ved røykeslutt var om lag like vanleg blant kvinner og menn.

Mange av dei som hadde slutta å røyke nytta óg andre sluttemetodar enn snus og vape, til dømes nikotinplaster eller nikotintyggegummi, sjå figur nedanfor.



Blant dei som hadde forsøkt å slutte å røyke dagleg, men utan å lykkast, var bruk av snus og nikotinlegemiddel den vanlegaste sluttemetoden ved siste røykeslutforsøk for menn og nikotinlegemiddel for kvinner. Ein høg andel av mennene hadde òg brukt vape som sluttemetode, sjå figuren nedanfor.



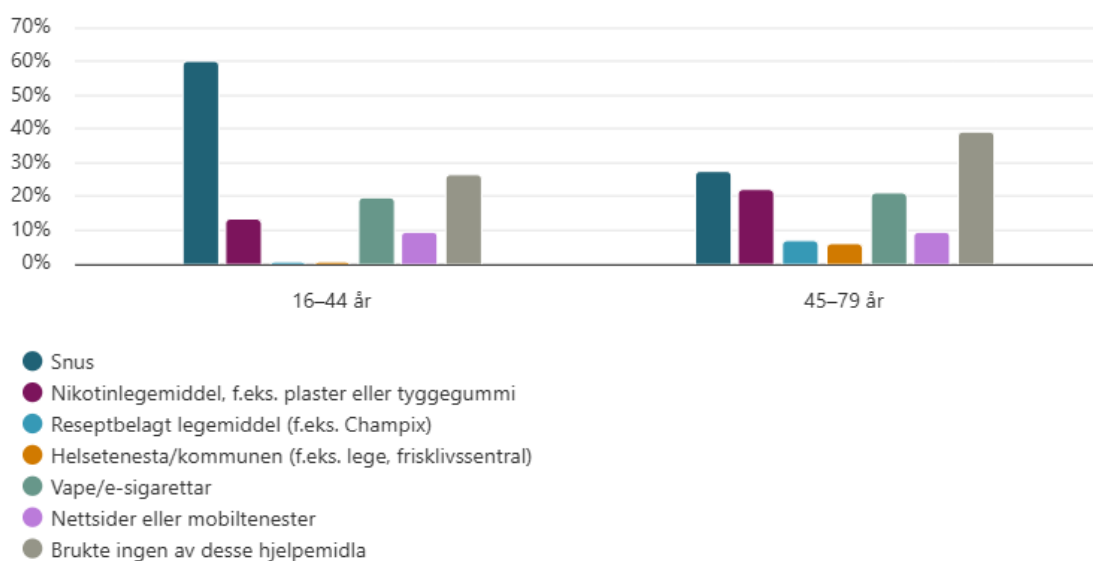
Det er viktig å merke seg at ein svært høg andel, både blant dei som lykkast og dei som ikkje lykkast i å slutte å røyke, ikkje brukte nokon av metodane det blei spurt etter. Det er derfor uklart om denne gruppa brukte ein annan metode, eller slutta / prøvde å slutte utan bruk av hjelpemiddel.

Bruk av ulike sluttemetoder for vellykka røykeslutt (daglegrøyking), varierte med alder. Blant dei under 45 år var snus som sluttemetode langt meir vanleg enn blant dei på 45 år og eldre.

Når det gjaldt slutforsøk som ikkje lykkast, var vape som sluttemetode meir vanleg blant dei under 45 år enn blant dei på 45 år og eldre. Den eldste aldersgruppa (45-79 år) nytta i større grad nikotinlegemiddel.

Bruk av sluttehjelpemiddel ved vellykka røykeslutt i ulike aldersgrupper, 2025

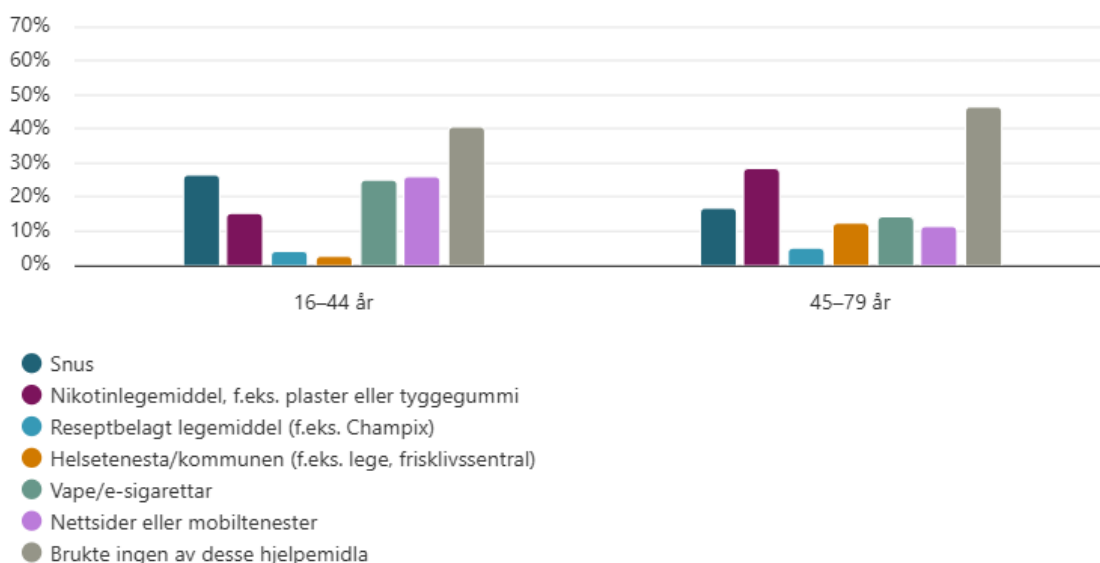
(blant dei som tidlegare hadde røykt dagleg)



Helsedirektoratet, tal frå Rus- og tobakksundersøkinga (SSB)

Bruk av sluttehjelpemiddel ved siste slutforsøk i ulike aldersgrupper, 2025

(blant dei som har forsøkt å slutte med dagleg røyking, men utan å ha lykkast)



Helsedirektoratet, tal frå Rus- og tobakksundersøkinga (SSB)

Røykesluttkurs i kommunen

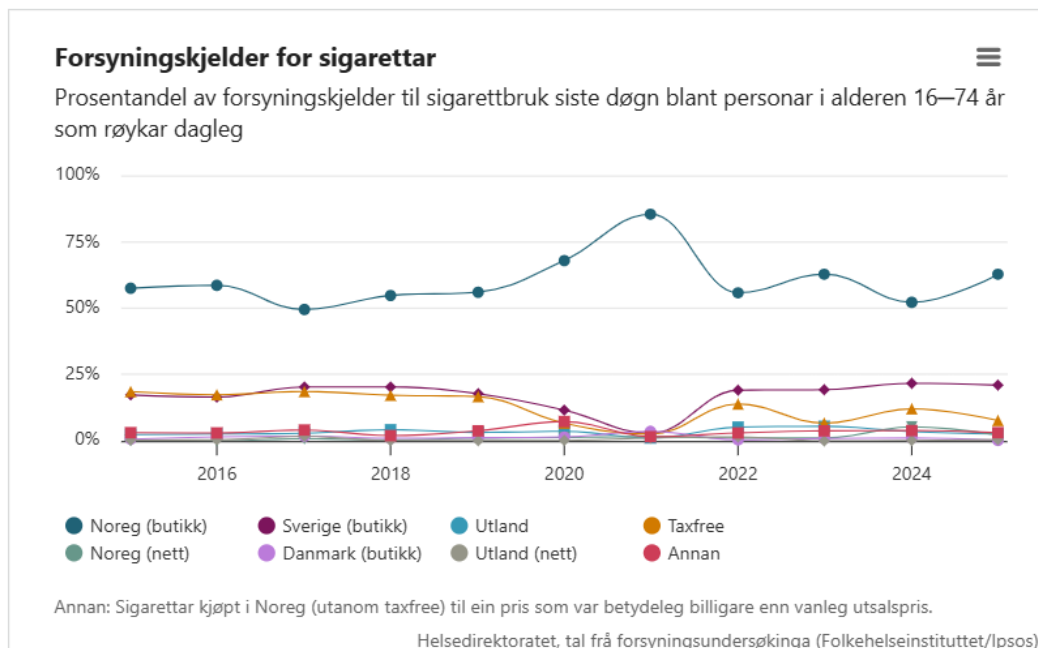
Resultat frå undersøkinga *Kommunane si forvalting av tobakksskadelova* i 2025 viser at 67 % (n=235) av kommunane ikkje hadde hatt tilbod om snus- og/eller røykesluttkurs. I dei 116 kommunane som rapporterte å ha hatt eit slik tilbod i 2024, var tilbod gjennom kommunen sin frisklivssentral mest vanleg (n=100). Ni kommunar rapporterte å ha eit tilbod i regi av frivillige organisasjonar (som Landsforeininga for hjarte- og lungesjuka, Nasjonalforeininga for folkehelse eller andre), og ti hadde eit tilbod via andre samarbeidspartnarar (som til dømes Lærings- og meistringssentre og distriktsmedisinske senter).

Forsyningskjelder for tobakksprodukt

Kvar vert sigarettar kjøpt?

Fordelinga av forsyningskjelder for sigarettar i perioden 2015–2025 er vist i figuren nedanfor. Tala er basert på sjølvrapportert sigarettbruk siste døgn for dei som rapporterer å røyke dagleg, i aldersgruppa 16–74 år.

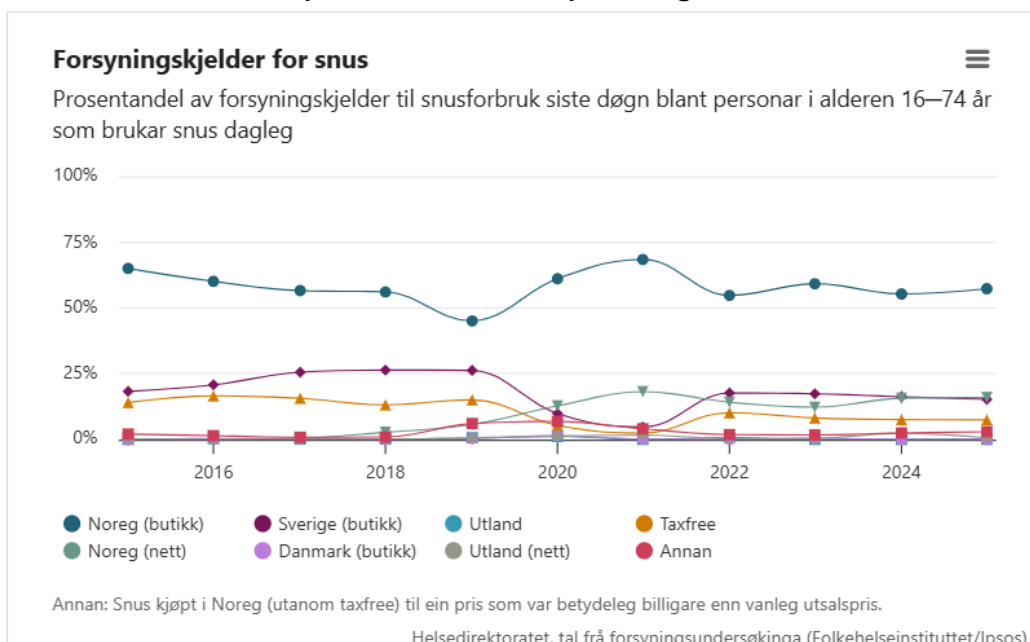
I perioden 2015–2025 (med unntak av pandemiåra (2020–2021, truleg på grunn av mindre grensehandel og taxfree-handel), har andelen sigarettar kjøpt frå fysiske butikkar og nettbutikkar i Noreg lege mellom 50–65 %. Tal frå 2022–2025, estimerer at andelen kjøp av sigarettar frå Noreg har lege mellom 57–65 %.



Kvar vert snus kjøpt?

Fordelinga av forsyningskjelder for snus i perioden 2015–2025 er vist i figuren nedanfor. Tala er basert på sjølvrapportert bruk av snus siste døgn for dei som bruker snus dagleg, i aldersgruppa 16–74 år.

I perioden 2015–2025 (med unntak av pandemiåra 2020–2021, truleg på grunn av mindre grensehandel og taxfree-handel), har andelen snus kjøpt frå fysiske butikkar og nettbutikkar i Noreg lege mellom 51–73 %. Tal frå 2022–2025, estimerer at andelen kjøp av snus frå Noreg har vore mellom 69–73 %. Sjå estimat for andre kjelder i figuren nedanfor.



3. Tiltak og førebygging

I 2024 var det 353 av 357 kommunar som svara på spørjeskjema om deira forvaltning av tobakksskadelova. Dei fire kommunane som ikkje svara på undersøkinga var Eidsvoll, Flekkefjord, Tana og Ørsta.

Registrerte stadar for sal av tobakksvarer og tobakkssurrogat

Alle som sel tobakksvarer og -surrogat frå ein fysisk utsalsstad skal vera registrert i Tobakkssals- og bevillingsregisteret (TBR). Vape (øg kalla e-sigarett eller fordampar) er det vanlegaste tobakks-surrogatet. Tabellen nedanfor viser tal på utsalsstader for tobakk- og tobakkssurrogat i 2024 og 2025.

Tal på salsstadar i fylka

Fylke	Per 1. mai 2024	Per 1. mai 2025
Oslo	860	855
Rogaland	608	602
Møre og Romsdal	442	445
Nordland	491	479
Østfold	353	329
Akershus	662	656
Buskerud	368	360
Innlandet	674	661
Vestfold	272	270
Telemark	305	292
Agder	529	515
Vestland	940	941
Trøndelag	647	636
Troms	283	296
Finnmark	179	169
Svalbard	3	3
Totalt	7616	7509

Kjelde: Tobakkssals- og bevillingsregisteret

Tilsyn med sal av tobakksvarer og tobakkssurrogat

Kommunane fører tilsyn med salsstadar for tobakksvarer og tobakkssurrogat som er registrert i TBR. Sysselmeistaren fører tilsyn på Svalbard. Kvar salsstad skal kontrollerast minst éin gong årleg, og kommunen skal årleg utføre minst to gonger så mange tilsyn som det er salsstadar i kommunen. Tilsynsordninga tredde i kraft 1. januar 2018.

Regelbrot på tobakksskadelova

Formålet med tilsynet er å kontrollere at salsstadane følgjer reglane som gjeld for sal av tobakksvarer og tobakkssurrogat. Tilsynet skal særleg hindre sal av tobakksvarer og -surrogat til mindreårige.

Tabellen nedanfor viser at det i 2024 vart funne 755 regelbrot knytt til sal av tobakksvarer og -surrogat i 80 kommunar. Ei mogleg forklaring på dei lågare tala av brot i 2020 og 2021 kan være pandemiltak, men talet i 2024 er tilsvarande lågt, så andre årsaker må òg vurderast.

Tal på regelbrot på tobakksskadelova som kommunane har avdekka i perioden 2018–2024

År	Regelbrot
2018	1692
2019	1187
2020	512
2021	705
2022	1311
2023	1314
2024	755

Kjelde: Kommunane si forvaltning av tobakksskadelova, Helsedirektoratet.

Dei vanlegaste regelbrota i 2024 var manglar ved internkontrollen med 516 brot og brot på forbodet mot synleg oppstilling av tobakksvarer og tobakkssurrogat med 144 brot. Sjå tabellen nedanfor for alle typar regelbrot.

Type regelbrot på tobakksskadelova, i 2023 og 2024

Type regelbrot	Tal på regelbrot 2023	Tal på regelbrot 2024
Synleg oppstilling av tobakksvarer og tobakkssurrogat	544	144
Manglar ved internkontrollen	656	516
Brot på reklameforbodet	47	48
Sal til mindreårige	3	0
Sal av ulovleg importerte varer	1	2
Andre typar brot (til dømes betening under 18 år, tilbyr kunden smaksprøver)	63	37
Brot på merkereglane for tobakbspakningar	*	0
Brot på forbodet mot e-sigarettar med nikotin	*	1
Brot på forbodet mot karakteristisk aroma i e-sigarettar	*	2
Brot på forbodet mot sjølvbetent automat	*	2
Manglande alderskontroll av kunden	*	3

Kjelde: Kommunane si forvaltning av tobakksskadelova, Helsedirektoratet.

* Var ikkje eit alternativ i undersøkinga gjennomført i 2024.

I 2024 var det fem kommunar som hadde mottatt i alt åtte rapportar om brot på røykeforbodet i restaurantar/pubar. I tillegg var det éin kommune som hadde mottatt ein rapport om brot på tobakksforbodet i skuler/barnehagar. Det var og éin kommune som hadde mottatt rapport om brot på røykeforbodet på ein arbeidsplass.

Reaksjonar

Kommunen kan setje i verk fleire typar reaksjonar for brot på reglane om sal av tobakksvarer og -surrogat i tobakksskadelova. Av 80 kommunar som rapporterte om brot i 2024, var det 39 kommunar som fatta vedtak om retting eller tvangsmulkt (n=179) og ingen kommunar ila salsforbod. Éin kommune rapporterte at det vart ilagt politibot for ulovleg sal (éin gong).

Bevilling for innførsel, utførsel og produksjon av tobakksvarer og utstyr for tobakksproduksjon

Tobakkssals- og bevillingsregisteret gir òg oversikt over verksemder som har bevilling for import, eksport og produksjon av tobakksvarer og utstyr for tobakksproduksjon. Det er Helsedirektoratet som gir bevilling til verksemdene.

Bevillingsordninga, som vart innført i 2021, er eit av fleire tiltak for å styrke kontrollen til myndigheitene med omsetninga av tobakksvarer.

Per 1. mai 2025 viser tal frå Tobakkssals- og bevillingsregisteret at det var 28 verksemder som hadde bevilling for innførsel av tobakksvarer, medan 8 verksemder hadde bevilling for utførsel av tobakksvarer. På same tidspunkt var det 2 verksemder som hadde bevilling for produksjon av tobakksvarer.

Kampanjar

Helsedirektoratet har lang tradisjon med å gjennomføre nasjonale tobakkskampanjar for å førebygge og redusere røyking, og etter kvart òg bruk av snus, i befolkninga.

I 2024 gjennomførte Helsedirektoratet sin første nikotinførebyggande kampanje. Bakgrunnen for kampanjen var ei auka bekymring for bruken av særleg vape blant unge, men òg røyk og snus.

Det kreative konseptet «[Generasjon fri](#)» skulle balansere mellom det informative og det emosjonelle, med innhald som motiverer målgruppa til å ikkje la seg styre av nikotin, men heller vera fri frå avhengigheit og helseskadar av røyk, snus og vape.

Alle kampanjar som Helsedirektoratet gjennomfører er kunnskapsbaserte og bygger på eit breitt innsiktsarbeid frå blant anna kvalitative og kvantitative undersøkingar, medieanalysar, dokumentanalysar og eksisterande forskning.

Evaluering

Kampanjeevalueringa blei gjennomført med tal frå:

1. Spørjeundersøking før og etter kampanjen (såkalla pre- og posttest), sjå [metodekapittelet](#) for detaljar.
2. Medietal (antal visningar, klikk, fullføringsrate, CPM – Cost Per Mille) i kampanjeperioden.
3. Besøktal frå [ung.no](#) (offentleg informasjonskanal for ungdom i regi av Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet).

Resultata frå kampanjeevalueringa av Generasjon Fri viste mellom anna at:

- Kampanjen fekk høgare merksemd i målgruppa enn andre kampanjar frå Helsedirektoratet. 41 % rapporterte å ha sett eitt eller fleire kampanjeelement, medan gjennomsnittleg rate for Helsedirektoratet er 38 %. Merksemda var høgast i aldersgruppa 15–19 år.
- Kampanjen fekk følgande antal visningar:
 - Snapchat: 6 935 590, TikTok 5 526 280, YouTube: 1 625 751, Twitch: 1 128 246, kino: 639 870
- Det var 48 % som rapporterte at kampanjen har motivert dei til å la vera å bruke produkt som inneheld nikotin. Blant dei som bruker nikotinprodukt rapporterte 25 % at kampanjen motiverte dei til å bli fri frå nikotin.
- Om lag halvparten av dei spurde meinte kampanjefilmen var vennleg og engasjerande.
- 67 % meinte kampanjen fekk tydeleg frem at nikotin kan påverke hjernen hos unge negativt, mens 74 % meinte kampanjen kommuniserte at det er godt å vera fri frå avhengigheit.
- Det var om lag 16 % som rapporterte at dei vart meir motiverte til å søke meir informasjon om temaet på ung.no (som var landingsside for meir informasjon om temaet i kampanjen). Signifikant fleire blant dei yngste rapporterte dette, som er særleg den målgruppa Helsedirektoratet har retta seg mot.
- Den nyoppretta artikkelen om [nikotin på ung.no](#) hadde 50 282 unike sidevisningar i mai–juli 2024.

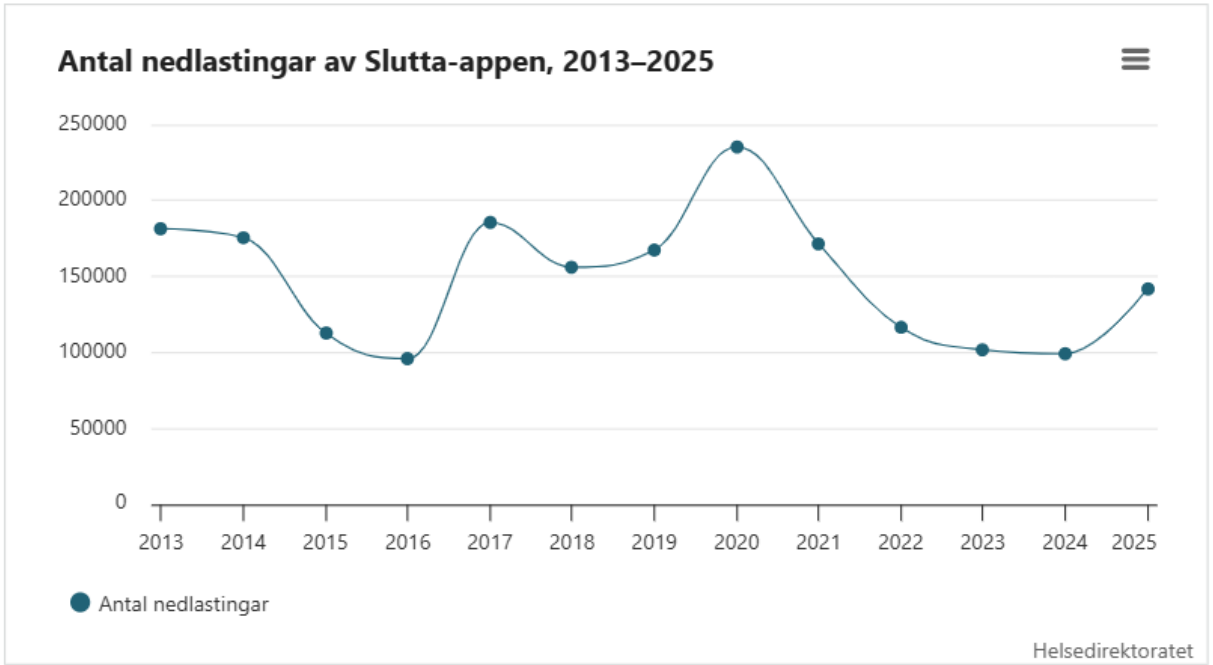
Resultat frå før- og ettertest av kampanjen (undersøking om kunnskap og haldningar knytt til røyk, snus og vape, i høve kampanjen Generasjon Fri i 2024)

Påstand	Andel som svarte dette før kampanjen (%)	Andel som svarte dette etter kampanjen (%)
Eg er einig eller helt einig i at å <i>røyke av og til</i> gir auka risiko for helseskadar	87	91
Eg er einig eller helt einig i at det å <i>snuse dagleg</i> gir auka risiko for helseskadar	87	91
Eg er einig eller helt einig i at det å <i>snuse sjeldan</i> gir auka risiko for helseskadar	47	54
Eg er einig eller helt einig i at det å <i>vape av og til</i> gir auka risiko for helseskadar	68	78
Eg er einig eller helt einig i at det å <i>vape sjeldan</i> gir auka risiko for helseskadar	45	52
Å vere avhengig av nikotin er noko eg <i>aldri vil bli</i>	53	60
Å vere avhengig av nikotin er <i>flaut</i>	22	28

Slutta-appen

Helsedirektoratet lanserte Slutta-appen for hjelp til å slutte med røyk og snus i 2012. Sidan den vart lansert har han vorte lasta ned i underkant av 2 millionar gonger. Året med flest nedlastingar var i 2020, med om lag 235 000 nedlastingar.

Det er fleire som vel å bruke appen til å slutte med snus, enn med røyk. Frå 10. mars 2025 til 10. mars 2026 blei appen lasta ned vel 40 000 gonger til røykeslutt, og vel 129 000 gonger til å slutte med snus. I 2025 vart det òg mogleg å bruke appen til å slutte med vape (òg kalla e-sigarett eller fordampar), og mellom mars 2025 og mars 2026 blei appen lasta ned nesten 6000 gonger til dette formålet.



4. Metode

Individdata

Røykevaneundersøkinga / Rus- og tobakksundersøkinga

Rus- og tobakksundersøkinga blir gjennomført årleg mellom april og juni av Statistisk sentralbyrå (SSB) på oppdrag frå Helsedirektoratet. Denne undersøkinga kartlegg bruken og vanane til befolkninga knytt til tobakksprodukt og vape (òg kalla e-sigarett eller fordampar), alkohol og andre rusmiddel. Undersøkinga vart gjennomført første gong i 2012.

Fram til 2023 vart undersøkinga sendt til eit utval på 3700 respondentar, med ein svarprosent på om lag 60 %. Frå og med 2024 er utvalet utvida til 8000 respondentar. I 2025 svarte 4614 (57,8 %) av dei inviterte på undersøkinga. Utvalet er landsrepresentativt og i alderen 16 til 79 år. Frå 2024 har undersøkinga blitt gjennomført som ei «mixed mode»-undersøking der om lag 60 % av utvalet svarer på ei sjølvadministrert webundersøking og om lag 40 % blir intervjuet over telefon. Les meir i SSB sin dokumentasjonsrapport [Rusundersøkelsen 2025 \(ssb.no\)](https://ssb.no/undersokelse/2025).

I 2023 svarte om lag 50 % av deltakarane på undersøkinga på hausten og om lag 50 % på våren. Tal frå dette året kan derfor avvike noko frå dei andre åra grunna dette brotet i metoden. Prosentdelane som vert presentert i denne rapporten er vektet for alder, kjønn, utdanning og landsdel i befolkninga. Justeringa er gjort for å sikre at resultata er representative for den norske befolkninga etter desse variablane, og for å gjere dei samanliknbare over tid.

Samstundes har undersøkinga nokre kjente avgrensingar. Som i andre utvalsundersøkingar er selektivt fråfall ei mogleg feilkjelde, ved at personar som vel å delta i undersøkinga kan være ei selektert gruppe som svarer ulikt frå dei som ikkje deltar. Til dømes er dei med kortare utdanning sannsynlegvis underrepresentert i slike undersøkingar, og fordi forskinga har vist at folk med kortare utdanning i større grad røyker dagleg enn dei med lengre utdanning vil dette kunne bidra til ei underestimerting av tobakksbruken i befolkninga. Nokre deltakarar kan òg velje å svare på ein sosialt fordelaktig måte (dvs. i tråd med kva dei oppfattar som ønskeleg eller akseptabelt), eller bevisst gi feilaktige/misvisande svar, t.d. på spørsmål som kan oppfattast som sensitive. Deltakarar kan òg ha problem med å huske forhold tilbake i tid.

Resultata frå Rus- og tobakksundersøkinga for 2025 blir presenterte i kapittelet om [bruk av tobakksprodukt og vape](#). Kjelda til tala som er presenterte om utvikling over tid i bruk av tobakksprodukt og vape er Røykevaneundersøkinga / Rus- og tobakksundersøkinga til SSB, sjå nærare forklaring på SSB sine heimesider om forskjellen mellom dei to undersøkingane: [Om statistikken – Bakgrunn \(ssb.no\)](#).

Forsyningsundersøkinga

Dei årlege røykevaneundersøkingane frå Statistisk sentralbyrå har frå 1990 til 2014 inkludert spørsmål til personar som røyker dagleg om opphavet for sigarettforbruk det siste døgnet. Frå 2015 overtok Ipsos oppgåva med å kartlegge forsyningskjelder, på vegne av Folkehelseinstituttet (FHI), og undersøkingane vart samtidig utvida til å omfatte snus og vape. Frå 2024 har Helsedirektoratet overteke ansvaret for undersøkinga, som framleis vert gjennomført av Ipsos. Denne rapporten presenterer tal på forsyningskjelder på sigaretter for perioden 2015 og framover, medan tal for perioden før 2015 er rapportert i [Tobakk i Norge](#) frå FHI.

Undersøkinga vert gjennomført ved at Ipsos sender undersøkinga til medlemmar av Ipsos sitt Webpanel i alderen 15 år eller eldre, både via sms, e-post og telefon. Undersøkinga vert sendt ut kvar uke gjennom heile året og talet på respondentar som svarer på undersøkinga varierer. Tre til fire gongar i året vert demografiske markørar i utvalet samanlikna med befolkninga. I tilfelle nokon grupper er over-/underrepresentert vert det sendt ut fleire invitasjonar til dei gruppene

som kan kompensere for skeivfordelinga. Ei detaljert beskriving av [utvalsprosedyren ligg på Ipsos sine nettsider \(PDF, \[ipsos.no\]\(#\)\)](#).

Resultata som vert presentert i rapporten er vekta etter kjønn, alder og geografi (fylker). Som nemnt under omtalen av Rus- og tobakksundersøkinga kan òg denne undersøkinga ha avgrensingar.

Kampanjeevaluering

I samband med kampanjeevalueringa vart det gjennomført undersøkingar før og etter kampanjen for å kartlegge målgruppa si bruk av og haldningar til nikotin, sigarettar, snus og vape – samt avdekke merksemd og oppfatning av kampanjen.

Desse undersøkingane er gjennomført i eit webpanel (CAWI) av Norstat via Mindshare på vegne av Helsedirektoratet, i perioden før og etter kampanjen i 2024. 500 personar i alderen 15–25 år vart intervjuet.

Kommunedata

Årleg blir undersøkinga «Kommunane si forvaltning av tobakksskadelova» sendt ut til alle kommunane i landet (av Opinion på oppdrag frå Helsedirektoratet). Denne undersøkinga hentar inn data om forvaltninga av tobakksskadelova i kommunane. Undersøkinga er gjennomført årleg sidan 2018, og svarprosenten er på om lag 95 %.

Informasjonen frå kommunane har varierende kvalitet, og kommunane svarer ikkje nødvendigvis på alle spørsmåla i skjemaet. Helsedirektoratet gjennomfører kvalitetskontroll av datamaterialet, men på grunn av stor variasjon mellom kommunar, vil det vera vanskeleg å fange opp eventuelle feil. Det kan derfor finnast feil i rapportering frå visse kommunar.

Registerdata

Tobakkssals- og bevillingsregisteret (TBR) gir oversikt over fysiske salsstadar som har rett til å selje tobakksvarer og tobakkssurrogat i Noreg. Det er verksemdene sjølv som er ansvarleg for å registrera seg og halda opplysningane ved like i registeret. Dersom ei verksemd har fleire salsstadar, må alle salsstadane registrerast. Formålet med registeret er å gjera det mogleg for kommunane å føre tilsyn med salet av tobakksvarer og tobakkssurrogat.

TBR gir òg oversikt over verksemdar som har rett til å innføre, utføre og produsere tobakksvarer og utstyr for tobakksproduksjon. Det er Helsedirektoratet som gir løyve til verksemdene.

Endringshistorikk

Oppdatert 25. mars 2026: Rapporten er revidert og oppdatert med nye tal. Kapittelet om tobakksbruk er utvida med resultat for tobakksbruk etter fødeland og kombinert bruk av tobakks- og nikotinprodukt. Det er òg tatt inn eit kapittel om forsyningskjelder for sigarettar og snus.