

# Verdens overdosedag 31. august

---

Mandag 31. august er Verdens overdosedag. Dagen vil bli markert flere steder i Norge, for å minnes de døde og for å skape bevissthet om at overdoser kan forebygges.

## Hvert år dør rundt 260 personer av overdose i Norge.

I 2018 ble det registrert 286 narkotikautløste dødsfall blant bosatte i Norge. Dette var høyere enn i 2017, men tilsvarende foregående år. Tall fra Folkehelseinstituttet viser at av de 286 dødsfallene i 2018 var 210 dødsfall forgiftningsulykker, 51 selvmord og 24 dødsfall hvor psykiske lidelser og adferdsforstyrrelse var dødsårsak. Fire av fem dødsfall knyttes til bruk av opioider, svært ofte ved bruk av sprøyte. Norge har de siste årene hatt blant de høyest registrerte forekomstene av narkotikautløste dødsfall per innbygger i Europa. Gjennomsnittsalderen til de som dør i Norge har økt jevnt fra 36 år i 2006 til 44 år i 2018.

I de mest folkerike fylkene med eller i nærheten av de store byene vil det være flest dødsfall. Selv om det er mulig å se noen trender i disse områdene, vil det likevel forekomme tilfeldige variasjoner på samme måte som på landsbasis. I Hordaland ble det i 2018 registrert 22 narkotikautløste dødsfall, det laveste antallet siden 2004. I Oslo ble det registrert 49 dødsfall, en økning på fem dødsfall fra 2017. Både Akershus og Trøndelag registrerte 29 narkotikautløste dødsfall i 2018. Se fylkesoversikt nedenfor.

## Overdosedødsfall rammer hele verden.

Årlig dør mer enn 200.000 mennesker globalt. Tallet er stigende. Særlig økte dødsfall etter inntak av fentanyl som er svært sterke opioider. Over 8000 dør av overdose i Europa.

– Overdoser er et alvorlig folkehelseproblem. Det er viktig å jobbe for å forebygge overdoser, og vi må også huske på de mange pårørende som står tilbake i sorg etter hvert enkelt overdosedødsfall, sier divisjonsdirektør i Helsedirektoratet Linda Granlund.

## Nasjonal overdosestrategi 2019 -2022

I 2019 ble Nasjonal overdosestrategi 2019 - 2022 lansert. Den nye strategien viderefører viktige tiltak fra forrige strategiperiode som f. eks. videre utplassering av Nalokson neseppray, videreutvikling av kommunenettverk/læringsnettverk for overdoserammede kommuner samt Switch-kampanjen. Den lanserer også nye tiltak som blant annet økt fokus på somatisk helse- og ernæringstilstand i tjenestene, sørge for ny og oppdatert kunnskap på overdoseområdet samt utarbeide pakkeforløp for oppfølging etter ikke-dødelig overdose. Les mer om innholdet i den nye strategien her: [Nasjonal overdosestrategi 2019 - 2022](#).

Ved å bruke nalokson neseppray, motgift ved opioidoverdose, kan de som er til stede ved en overdose, redde liv, før ambulanse kommer. Naloksonprosjektet, som har gått fra å være et pilotprosjekt i Oslo og Bergen, er utvidet til å omfatte alle kommuner med overdoseproblematikk. I tillegg er neseppray tilgjengelig på blåresept. Mer informasjon om Naloksonprosjektet og utleveringssteder finner du her: <https://www.nalokson.uio.no/>

SWITCH-kampanjen handler om å motivere brukerne til å prøve ut mindre helseskadelige inntaksmåter av rusmidler. Et viktig eksempel er overgang til røyking av heroin fra sprøytebruk.

Helsedirektoratet har utviklet faglige råd for lokalt overdoseforebyggende arbeid:

<https://www.helsedirektoratet.no/faglige-rad/overdose-lokalt-forebyggende-arbeid>

[Mer informasjon på helsenorge.no](#)

#### Kontakt:

Espen Freng, seniorrådgiver avdeling psykisk helse og rus; [Espen.Freng@helsedir.no](mailto:Espen.Freng@helsedir.no)

Stian Haugen, seniorrådgiver avdeling psykisk helse og rus; [stian.haugen@helsedir.no](mailto:stian.haugen@helsedir.no)

Kari Åkre, seniorrådgiver avdeling psykisk helse og rus; [karibritt.akre@helsedir.no](mailto:karibritt.akre@helsedir.no)

#### Statistikk, fylkesoversikt:

		Dødsår	2014	2015	2016	2017	2018
Dødsårsak	Fylke						
<b><a href="#">Narkotikautløste dødsfall iht EMCDDA</a></b>	<b><a href="#">Alle fylker</a></b> ↕		268	288	284	249	286
	Østfold ↕		15	16	15	15	19
	Akershus ↕		25	24	24	31	29
	Oslo ↕		48	58	53	44	49
	Hedmark ↕		11	9	6	7	11
	Oppland ↕		7	6	-	8	12
	Buskerud ↕		22	22	21	14	13
	Vestfold ↕		11	17	16	15	12
	Telemark ↕		17	12	7	5	14
	Aust-Agder ↕		4	8	7	-	6
	Vest-Agder ↕		4	8	6	11	12
	Rogaland ↕		18	25	25	24	26
	Hordaland ↕		41	29	50	40	22

	Sogn og Fjordane	-	4	-	-	-
	Møre og Romsdal	-	11	9	5	8
	Trøndelag	25	21	23	15	29
	Nordland	7	11	8	7	14
	Troms	5	6	8	-	8
	Finmark	5	-	4	-	-
	Ukjent	-	-	-	-	-

Kilde: Dødsårsaksregisteret, Folkehelseinstituttet