

Ungdom og rus

Tidlig debut med rusmidler øker sannsynligheten for mer omfattende rusbruk gjennom hele ungdomstida. Utsatt alkoholdebut har størst forebyggende effekt, og det forebygger også bruk av andre rusmidler. Ungdom er særlig risikoutsatt for uønskede og skadelige hendelser når de er beruset. Å forebygge skadelige konsekvenser for den enkelte er viktig, men også i et folkehelseperspektiv er målet at ungdom utsetter sin debut med rusmidler så lenge som mulig.

Rusbruk blant ungdom er sammensatt. Ungdom forteller at rus kan handle om vennskap og tilhørighet, men også om vonde følelser, traumer og utenforskap. Overdreven bruk av alkohol og narkotika kan betraktes som selvskadende atferd og være et forsøk på å håndtere f.eks. psykisk smerte. Ungdommer som har utviklet eller er i fare for å utvikle et rusproblem trenger å bli lyttet til og bli møtt med omsorg og ivaretagelse, uavhengig av årsaken.

Tegn på rusmisbruk bør sees i en helhetlig kontekst og vurderes faglig. Ungdommen kan vise tegn på generell mistrivsel, og det er derfor viktig at fagpersoner er i stand til å se, tolke og handle på barn og unges tegn og signaler på trivsel.

Typer rusmidler

Alkohol:

Utsatt alkoholdebut er en viktig beskyttelsesfaktor og forebyggende grep ift. andre rusmidler.

Ingen gravide, barn og unge under 18 år bør innta alkohol. Det er forbudt å selge eller utlevere alkoholholdig drikk til personer under henholdsvis 20 og 18 år (jfr. [§ 1-5. Aldersgrenser - Helsedirektoratet](#))

Narkotiske stoffer:

Ingen barn, unge eller gravide bør bruke narkotiske stoffer, da dette kan ha alvorlige helsemessige og sosiale konsekvenser, både på kort og lang sikt.

Her finner du kvalitetssikret informasjon om de 10 vanligste rusmidlene: [Brosjyrer om rusmidler - Rusinfo](#)

Vil du vite mer:

Du finner lenker til nettsider om rus i menyen til oppvekstportalen: [Ressurser og kunnskapsbase](#)

Veiledning til oppdagerverktøyet – tema rus:

I oppdagerverktøyet finner du tegn på bruk av rusmidler, både alkohol og narkotiske stoffer. Tegn og signaler på rus er delt inn i fysiske, psykiske og sosiale områder, og er ikke delt inn etter alder.

Det er skadelig for barn og unge å innta alkohol og narkotiske stoffer, og rus er derfor kun gradert på to nivåer,

- **Sårbar** (gul) - beskriver atferd og forhold som krever særlig oppmerksomhet eller handling fra voksne.
- **Alvorlig** (rød) - beskriver atferd og forhold som krever umiddelbar reaksjon og handling fra voksne.

Husk at beskrivelsene er ikke uttømmende eller gir en fasit. Gjør en faglig vurdering av oppsummeringen i samarbeid med kollega, leder eller andre fagpersoner.

- Oppsummeringen til slutt viser tegn og signaler sortert på alvorlighetsgrad (gradering), og kan brukes i vurdering av behovet for å komme tidlig inn eller handle i akutte situasjoner.
- I oppsummeringen kan du også sortere tegn og signaler slik at du får oversikt på hvilke områder som er mest utfordrende. Dette kan være nyttig for å vurdere hvem som er relevante samarbeidsaktører og/eller aktuelle tiltak.

Er et barn eller ungdom i en alvorlig situasjon?

Dersom du har grunn til å tro at et barn eller ungdom er i en svært alvorlig situasjon må du handle umiddelbart.

Du sender bekymringsmelding til barneverntjenesten her: [Sende bekymringsmelding digitalt](#)
Dersom du har spørsmål som gjelder meldingen kan du ringe barnverntjenesten.

Er det fare for liv og helse, skal politiet kontaktes umiddelbart.

Merk!

Ved mistanke om at barnet / ungdommen er utsatt for alvorlig vold eller seksuelle overgrep i hjemmet skal IKKE foreldre / foresatte varsles i forkant av at bekymringsmeldingen sendes.

Telefonnummer i akutte situasjoner:

Barnevernets mottakstelefon [982 98 700](#). Tilgjengelig mandag til fredag, kl. 08.00-15.45/(15.00).

Barnevernets vakttelefon [950 59 217](#). Tilgjengelig også på kveldstid, helger og helligdager

Politiets nødtelefon: [112](#)

Øst politidistrikt: [02800](#) / [64 99 30 00](#)

Kilder:

- Hjørring kommune: [Tegn på bruk af rusmidler](#)
- Veileder i rusforebyggende arbeid i Mosseskolen: [veileder-i-rusforebyggende-arbeid-mosseskolen_0223.pdf](#)
- Veileder i rusforebyggende arbeid for tenåringsforeldre i Moss: [snakk-om-rus.pdf](#)
- Veileder i rusforebyggende arbeid i Osloskolen [Rusforebyggende arbeid 2025.pdf](#)
- Rusinfo: Brosjyrer om rusmidler: [Brosjyrer om rusmidler - Rusinfo](#)