



Energimyndigheten

Nuläget på elmarknaden

Maj 2026

Publicerad 2026-06-04

Nuläget på elmarknaden

Varje månad sammanfattar Energimyndigheten läget på elmarknaden och beskriver de fundamentala faktorer som påverkar utvecklingen av elpriset.

www.energimyndigheten.se

Innehåll

Sammanfattning	4
1 Elpriser på dagen före-marknaden	6
1.1 Månadsgenomsnitt	6
1.2 Tim- och kvartspriser	8
2 Prispåverkande faktorer	10
2.1 Elanvändning.....	10
2.2 Elproduktion.....	11
2.3 Priser på bränslen och koldioxid	14
2.4 Handel	15
2.5 Ekonomisk utveckling.....	16
3 Terminspriser på den finansiella marknaden	18
4 Slutkundspriser	19
5 Nyhetsuppdatering	21
Bilaga	23

Sammanfattning

I maj ökade det genomsnittliga priset i samtliga elområden i Sverige jämfört med april, likaså systempriset. Högst pris var det i SE4 på 87 EUR/MWh, vilket är 26 EUR/MWh högre än i april. Genomsnittspriset är fortsatt lägre i SE1 och SE2 än i de sydliga elområden, och låg på 46 respektive 49 EUR/MWh, vilket är 22 och 24 EUR/MWh högre jämfört med månaden innan.

Prisutvecklingen mellan april och maj såg olika ut i Sveriges omkringliggande elområden samt andra europeiska länder. Priset ökade mest i Litauen med 24 EUR/MWh. Den största minskningen var i NO3 där priset sjönk med 20 EUR/MWh. Av de länder och elområden som Sverige är direkt anslutna till så hade Polen högst månadsmedelpris med 102 EUR/MWh vilket är en ökning med 19 EUR/MWh jämfört med april. Lägst månadsmedelpris av de direkt anslutna elområdena hade NO4 med 36 EUR/MWh.

Antalet kvartar och timmar med negativa priser ökade i samtliga svenska elområden jämfört med april. Under maj var kvartspriset negativt under 57 kvartar i SE1, 89 kvartar i SE2, 104 kvartar i SE3 samt i 128 kvartar i SE4.

Högre genomsnittstemperatur i Sverige och Norden ger en lägre elanvändning i maj jämfört med förra månaden. Totalt sett användes 8,7 TWh i Sverige (-1,7 TWh från föregående månad) och i Norden¹ användes 27,2 TWh (-4,6 TWh). Båda var lägsta elanvändningen under en majmånad sedan 2012.

I takt med en lägre elanvändning så är elproduktionen lägre i både Sverige och Norden i maj jämfört med föregående månad. I Sverige var elproduktionen 10,3 TWh i maj (-2,5 TWh från april) och i Norden 30,3 TWh (-2,3 TWh). Produktionen från vindkraft har minskat mest. De årliga revisionerna pågår i kärnkraftverken och tillgängligheten i svensk kärnkraft var i genomsnitt 48 procent i maj.

Vårfloden pågår efter en hackig inledning av maj och magasinivåerna har ökat i både Sverige och Norge under vecka 21. Fyllnadsgraden är dock under normala nivåer för årstiden, i Norge 8 procentenheter lägre och i Sverige 4 procentenheter lägre. Underskottet i den hydrologiska balansen² är fortsatt stort på -25 TWh i slutet på vecka 21 i Norden. Den största delen av underskottet finns i Norge som har nästan -19 TWh och i Sverige är underskottet drygt -5 TWh.

¹ Sverige, Finland, Norge och Danmark

² Med hydrologisk balans avses mängden vatten, översatt i elenergi fördelad på vatten-, snömagasin och markvatten i förhållande till en normalsituation.

Energimyndigheten arbetar löpande med marknadsrapporter och lägesbilder. Utöver marknadsrapporten om elmarknaden publicerar vi även rapporter om utvecklingen på de globala energimarknaderna för olja, naturgas, kol och utsläppsrätter samt biodrivmedel och fasta biobränslen. Vi publicerar även en nationell lägesbild som omfattar en bedömning av Sveriges energiförsörjning. [Marknadsrapporter och lägesbilder](#)

Med anledning av kriget i Mellanöstern publicerar Energimyndigheten den samlade bedömning av energiläget i Sverige och globalt varje vecka. Bedömningen publiceras på onsdagar. Även rapporten Nuläget på de globala energimarknaderna publiceras varje vecka till följd av kriget. Den publiceras på fredagar. [Sveriges energiläge just nu](#)

Energimarknadsinspektionen tar fram veckovisa rapporter om elmarknaden och de publiceras här: [Läget på elmarknaden - Energimarknadsinspektionen \(ei.se\)](#)

För en beskrivning av elens roll i hela energisystemet nu och historiskt titta gärna här: [Sveriges energisystem \(energimyndigheten.se\)](#)

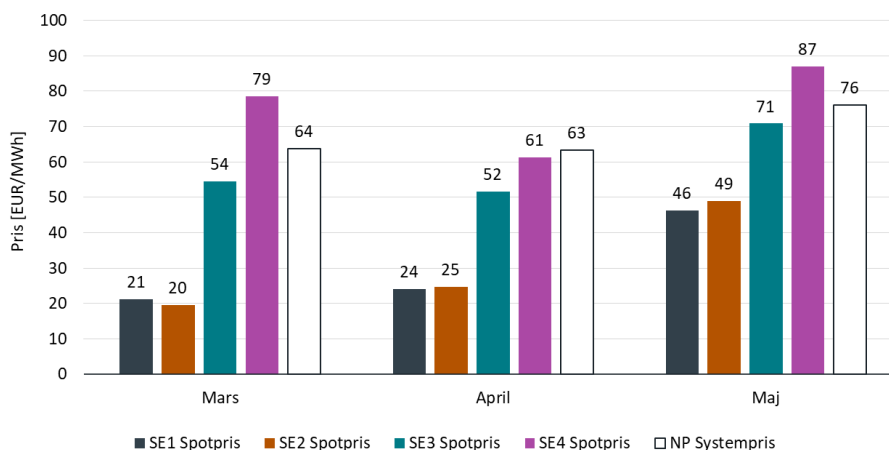
1 Elpriser på dagen föremarknaden

I maj ökade månadsmedelpriset i samtliga elområden i Sverige. Priset ökade som mest i SE4 som också hade det högsta priset inom Sverige. Samtidigt ökade antalet kvartar med negativa priser i hela Sverige. Prisskillnaden mellan de nordliga elområdena och SE3 jämnade därmed ut sig under maj samtidigt som prisskillnaden mellan SE4 och resterande elområden ökade.

1.1 Månadsgenomsnitt

Månadsmedelpriset för SE1-SE4 och systempriset för de senaste tre månaderna redovisas i Figur 1. I maj ökade det genomsnittliga priset i samtliga elområden i Sverige jämfört med april, likaså systempriset. Högst pris var det i SE4 på 87 EUR/MWh, vilket är 26 EUR/MWh högre än i april. Genomsnittspriset är fortsatt lägre i SE1 och SE2 än i de sydliga elområdena, och låg på 46 respektive 49 EUR/MWh, vilket är 22 och 24 EUR/MWh högre jämfört med månaden innan. Systempriset var 76 EUR/MWh i maj och därmed 13 EUR/MWh högre än i april.

Figur 1 Månadsmedelpris för SE1–SE4 samt Nord Pools systempris i mars-maj 2026, EUR/MWh

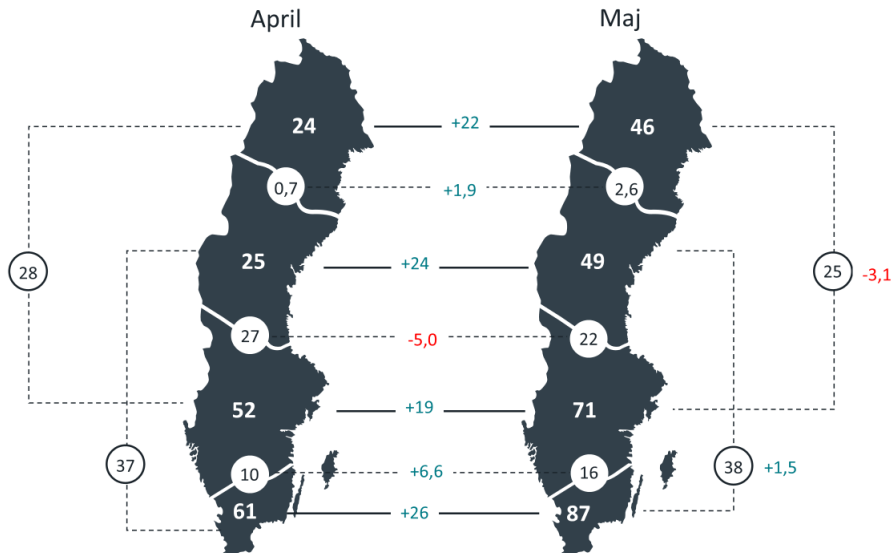


Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

Figur 2 visar prisskillnaden mellan de svenska elområdena för maj och hur de skiljer sig från föregående månad. I maj ökade priset i samtliga elområden även om priset ökade som mest i SE4 följt av SE2 och SE1. Prisskillnaden mellan de nordliga elområdena och SE3 jämnade därmed ut sig under maj samtidigt som prisskillnaden mellan SE4 och resterande elområden ökade. Prisskillnaden mellan SE1 och SE3 minskade till 25 EUR/MWh (-3,1 EUR/MWh) och mellan SE2 och SE4 ökade

skillnaden till 38 EUR/MWh (+1,5 EUR/MWh). I norra Sverige (SE1-SE2) var prisskillnaden i maj 2,6 EUR/MWh vilket är en ökning jämfört med april (+1,9 EUR/MWh). Mellan SE2-SE3 minskade prisskillnaden till 22 EUR/MWh (-5,0 EUR/MWh) och i södra Sverige (SE3-SE4) ökade prisskillnaden till 16 EUR/MWh (-6,6 EUR/MWh).

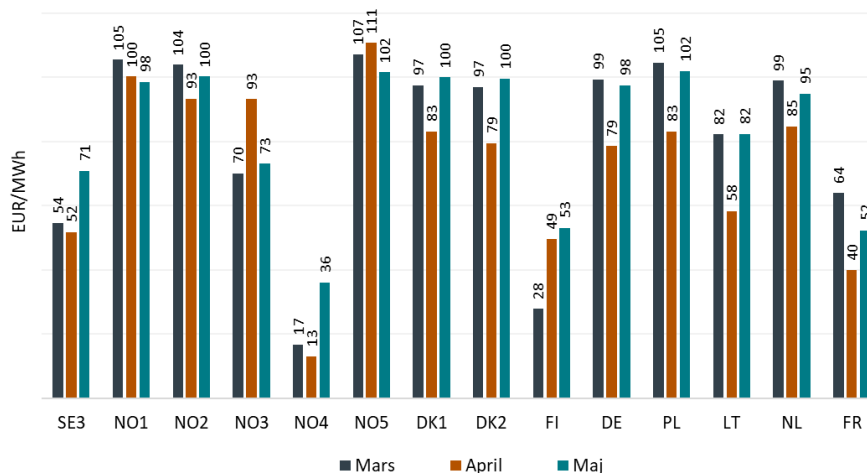
Figur 2 Prisskillnader mellan Sveriges elområden under april och maj 2026 samt hur det skiljer sig mellan månaderna, EUR/MWh



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool. Anmärkning: I figuren redovisas månadsmedelpriset (vit text), prisskillnaden mellan elområden (svart text) och prisskillnaden jämfört med föregående månad i figuren (röda siffror=minskning, blå siffror=ökning).

Prisutvecklingen mellan april och maj såg olika ut i Sveriges omkringliggande elområden samt andra europeiska länder, vilket visas i Figur 3. Priset ökade mest i Litauen med 24 EUR/MWh. Den största minskningen var i NO3 där priset sjönk med 20 EUR/MWh. Av de länder och elområden som Sverige är direkt anslutna till så hade Polen högst månadsmedelpris med 102 EUR/MWh vilket är en ökning med 19 EUR/MWh jämfört med april. Även de danska elområdena (DK1 och DK2) hade högt månadsmedelpris på 100 EUR/MWh. Lägst månadsmedelpris av de direkt anslutna elområdena hade NO4 med 36 EUR/MWh som också var det elområde med lägst månadsmedelpris föregående månad men då 23 EUR/MWh lägre.

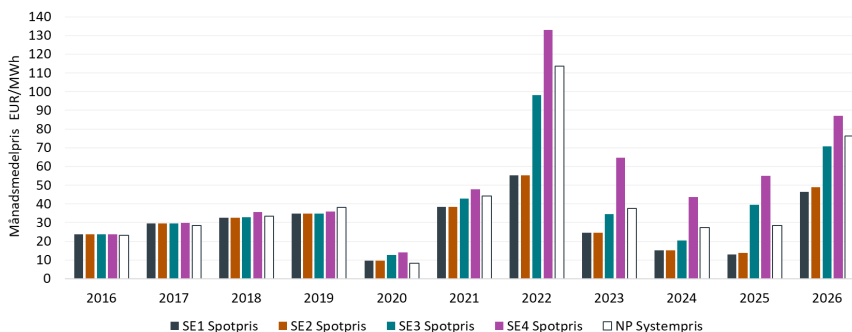
Figur 3 Månadsmedelpris för elområden sammanlänkade med Sverige samt för NO2, NO5, Nederländerna och Frankrike, jämfört med SE3 för mars-maj 2026, EUR/MWh



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

I Figur 4 ses månadsmedelpriset i maj för SE1-SE4 samt systempriset jämfört med maj tidigare år. I samtliga svenska elområden var priset under maj 2026 högre än de tre föregående åren. Priset i SE1 och SE2 var cirka 9 och 6 EUR/MWh lägre än maj 2022 som hade de högsta priserna för månaden sedan elområden infördes. Priset i SE3 och SE4 var ungefär 27 respektive 46 EUR/MWh lägre än det högsta som uppmätts för månaden sedan elområden infördes, som även det var under 2022.³

Figur 4 Jämförelse över månadsmedelpris i de svenska elområdena samt systempriset under maj jämfört med historiska år, EUR/MWh



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

Faktorer som påverkar priset för Norden och Sverige under månaden jämfört med föregående månad, så som elanvändningen, elproduktionen och handeln med andra länder finns under avsnittet Bilaga.

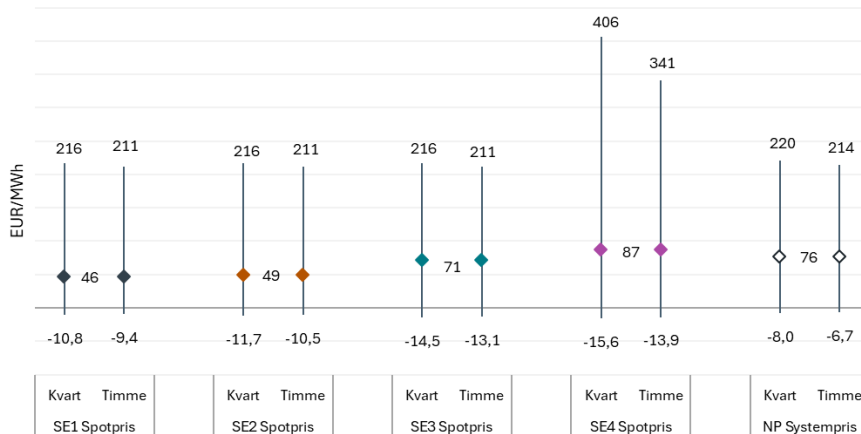
1.2 Tim- och kvartspriser

I Figur 5 ses medelspotpriset och det högsta och lägsta priset per kvart och timme för de svenska elområdena samt för systempriset under maj. Det lägsta kvartspriset under maj inträffade i SE4 söndagen den 24 maj kl. 14:00-14:15 med -15,6 EUR/MWh.

³ Det högsta månadsmedelpriset sett till alla månader för SE1 och SE2 var under december 2022 med 188 EUR/MWh. Det högsta månadsmedelpriset sett till alla månader i SE3 var under december 2022 med 245 EUR/MWh och i SE4 under augusti 2022 med 289 EUR/MWh.

Även det högsta kvartspriset inträffade i SE4 torsdag då den 28 maj mellan kl. 21:15-21:30 med 406 EUR/MWh. Det lägsta systempriset per kvart inträffade även det söndag den 24 maj klockan 15:00-15:15 och var då -8,0 EUR/MWh. Det högsta systempriset inträffade torsdag den 7 maj klockan 19:45-20:00 med 220 EUR/MWh. Både det lägsta och högsta timmedelpriset inträffade i SE4 och även det den 24 maj respektive 28 maj med -13,9 EUR/MWh, respektive 341 EUR/MWh.

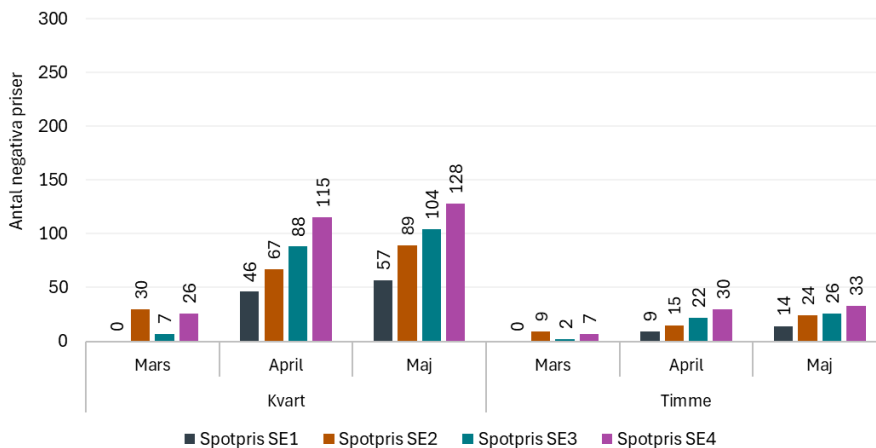
Figur 5 Högsta-, lägsta- och medelspotpris per kvart och timme i SE1–SE4 samt för systempriset i maj, EUR/MWh



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

I Figur 6 visas antalet kvartar och timmar med negativa priser som uppstod under mars-maj 2026 i SE1-SE4. Antalet kvartar och timmar med negativa priser ökade i samtliga svenska elområden jämfört med april. Under maj var kvartspriset negativt under 57 kvartar i SE1, 89 kvartar i SE2, 104 kvartar i SE3 samt i 128 kvartar i SE4. Sett till genomsnittliga timpriser blev priset negativt under 14 timmar i SE1, 24 timmar i SE2, 26 timmar i SE3 och 33 timmar i SE4. Tillfällen med negativa priser inträffar primärt i perioder då efterfrågan är låg och produktionen från intermittenta kraftslag är hög. Läs mer om orsaker till negativa priser i Bilaga.

Figur 6 Antal kvartar respektive timmar med negativa elpriser i SE1–SE4, mars-maj 2026



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

2 Prispåverkande faktorer

Högre temperaturer ger en minskad elanvändning både i Sverige och i Norden under maj. Värmen ger också en fortsatt snösmältning och ökad tillrinning av vatten som fyller på vattenkraftens magasin. Total elproduktionen var lägre och den största minskningen ses för vindkraft. Maj har även präglats av fortsatt låg hydrologisk balans i Norden, lägre tillgänglighet i kärnkraften samt högre gas- och kolpriser.

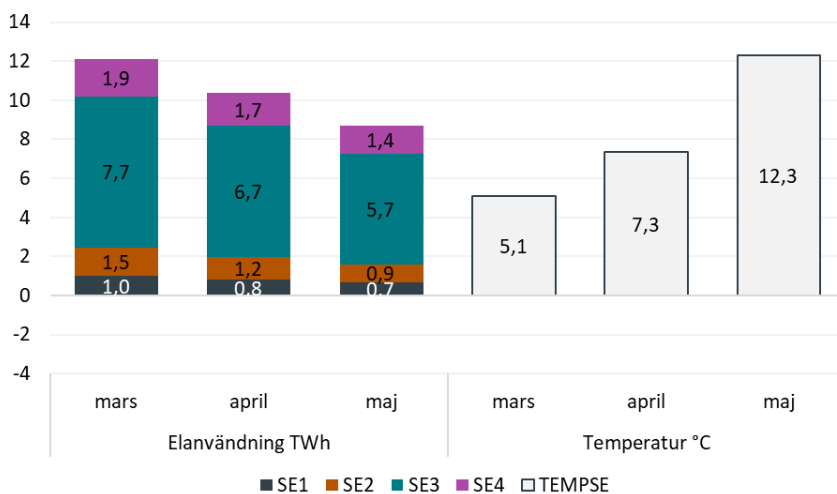
2.1 Elanvändning

Elanvändning och genomsnittstemperatur för de senaste tre månaderna ses i Figur 7. Totalt sett användes 8,7 TWh i Sverige under maj vilket är 1,7 TWh lägre än i april och den minskade elanvändningen ses i alla elområden. Om man jämför elanvändningen i maj med tidigare majmånader under perioden 2012–2026 så är den lägst 2026. I maj månad åren 2023 och 2024 var elanvändningen 9,3 TWh och tidigare lägsta elanvändning.

Högre temperaturer minskar behovet av värme och el då en betydande del av värmen tillgodoses av både direkt elvärme och drift av värmepumpar.

Genomsnittstemperaturen i Sverige var 12,3 grader i maj, vilket är 1,3 grader högre än föregående månad och 0,8 grader högre än normal genomsnittstemperatur.

Figur 7 Efterfrågan på el per elområde (TWh) och genomsnittstemperatur (°C) i Sverige, mars–maj 2026

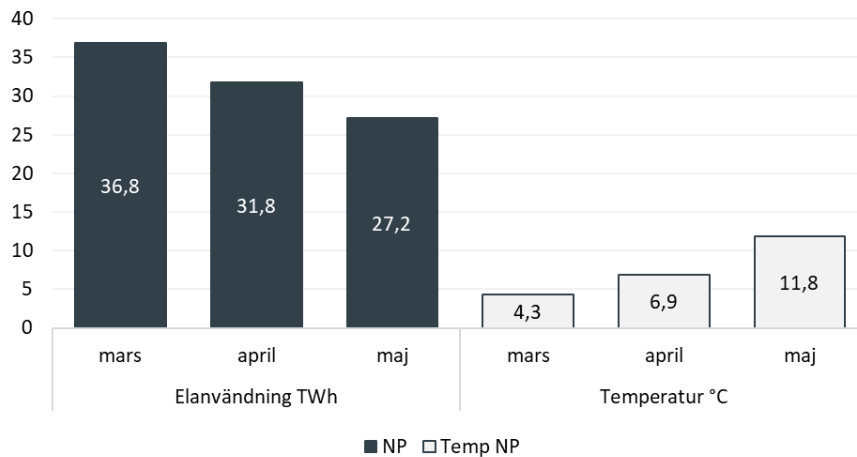


Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

Anm: Statistiken som publiceras på Nord Pool är preliminär.

Även i Norden (Sverige, Finland, Norge och Danmark) minskade elanvändningen under maj och var 27,2 TWh (-4,6 TWh jämfört med föregående månad), vilket ses i Figur 8. Genomsnittstemperaturen i Norden ökade till 11,8 grader vilket är 4,9 grader högre än föregående månad och 0,8 grader högre än normal genomsnittstemperatur för månaden. Även för Norden så är elanvändningen i maj 2026 den lägsta under perioden 2012–2026. I maj månad åren 2023 och 2024 var elanvändningen 27,5 TWh och tidigare lägsta elanvändning.

Figur 8 Efterfrågan på el (TWh) och genomsnittstemperatur (°C) i Norden, mars–maj 2026

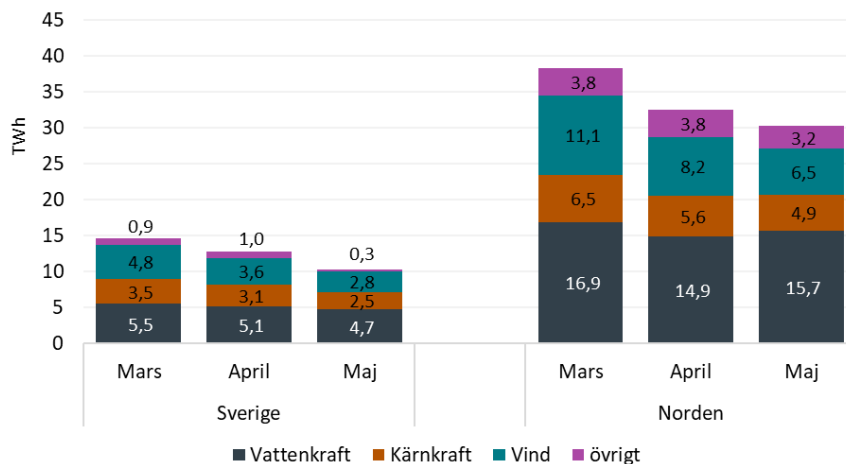


Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool
Anm: Statistiken som publiceras på Nord Pool är preliminär.

2.2 Elproduktion

I Figur 9 ses hur den svenska och nordiska elproduktionen minskat i takt med ett lägre elbehov under de senaste tre månaderna.

Figur 9 Elproduktion i Sverige och Norden per månad, TWh



Källa: SKM Market Predictor
Anm: Statistiken är preliminär.

I Sverige var elproduktionen 10,3 TWh under maj (-2,5 TWh jämfört med föregående månad). Samtliga kraftslags produktion var lägre under maj. Vindkraften minskade produktionen med -0,8 TWh jämfört med föregående månad följt av posten övrigt som inkluderar kraftvärme och solkraft (-0,7 TWh), kärnkraft (-0,6 TWh) och vattenkraft -0,4 TWh). I Norden (Sverige, Finland, Norge och Danmark) var elproduktionen preliminärt 30,3 TWh under maj (-2,3 TWh). Även sett till de nordiska länderna så minskade produktionen mest från vindkraft (-1,8 TWh) medan vattenkraften ökade produktionen (+0,8 TWh). Övriga kraftslag minskade produktionen.

2.2.1 Tillgänglighet kärnkraft

Under maj var genomsnittlig tillgänglighet i svensk kärnkraft 48 procent vilket kan jämföras med föregående månad då den var 63 procent. Tillgängligheten är också lägre jämfört med historisk tillgänglighet för samma månad under perioden 2014–2025. I Finland var genomsnittlig tillgänglighet 76 procent i maj (81 procent i april) och något högre än majmånader för perioden 2014–2024, vilket ses i Tabell 1. Den lägre tillgängligheten beror på att årliga revisioner pågår. I början av juni är tre reaktorer i Sverige (F2, O3 och R3) och en reaktor i Finland (Olk1) på årlig revision. R4 går med begränsad kapacitet på grund av ett läckage i en generator som åtgärdas.

Tabell 1 Status 2025-06-01 och genomsnittlig tillgänglighet för nordisk kärnkraft i maj

Reaktor	Status	Tillgänglighet [%]	Tillgänglig kapacitet, [MW]	Installerad kapacitet, [MW]	Genomsnittlig tillgänglighet i maj 2014–2025	Faktisk/planerade revisioner
Forsmark 1	I drift	100%	1 092	1 092	71%	6 sept-17 nov 2026
Forsmark 2	Ej i drift	0%	0	1 120	68%	12 apr-26 juni 2026
Forsmark 3	I drift	100%	1 167	1 167	79%	8 mars-4 april 2026
Oskarshamn 3	Ej i drift	0%	0	1 400	65%	28 mars-10 juni 2026
Ringhals 3	Ej i drift	10%	111	1 074	67%	4 maj-24 juli 2026
Ringhals 4	I drift	87%	979	1 130	99%	2 sep-15 okt 2026
Loviisa 1	I drift	100%	508	508	100%	19 sep-11 okt 2026
Loviisa 2	I drift	100%	502	502	99%	2 aug-13 sep 2026
Olkiluoto 1	Ej i drift	0%	0	890	73%	19 april-13 juni 2026
Olkiluoto 2	I drift	83%	735	890	58%	6 april-17 april 2026
Olkiluoto 3	I drift	98%	1 570	1 600	82%	10 sep-29 okt 2026
Norden		59%	6 664	11 373	76%	
Sverige		48%	3 349	6 983	74%	
Finland		76%	3 315	4 390	75%	

Källa: SKM Market Predictor

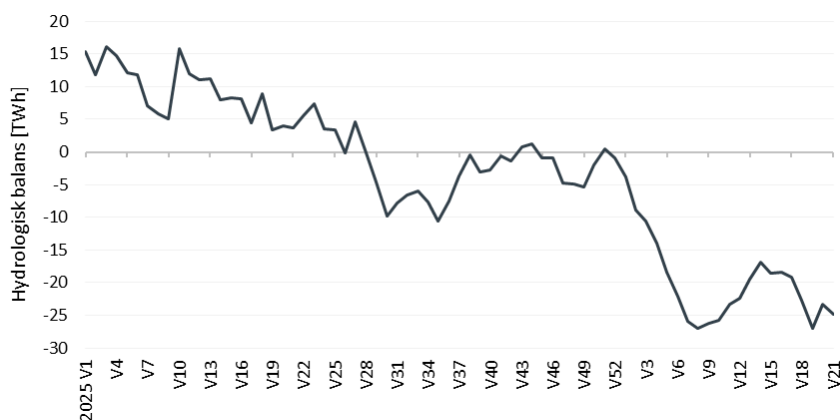
Anm: Genomsnittlig tillgänglighet under aktuell månad för Olk3 sedan driftstart 2023.

2.2.2 Hydrologi

I Figur 10 redovisas den uppskattade hydrologiska balansen i Norden från 2025 till och med vecka 21 2026. Med hydrologisk balans avses mängden vatten, översatt i elenergi fördelad på vatten- och snömagasin (inklusive markvatten) i förhållande till en normalsituation. Den hydrologiska balansen har försämrats under året och var som lägst -27 TWh vecka 8 (februari) och åter på samma nivå vecka 19. Efter det har den förbättrats något men visar på ett stort underskott på -25 TWh i slutet på vecka 21 i Norden. Den största delen av underskottet finns i Norge som har nästan -19 TWh och i Sverige är underskottet drygt -5 TWh, resterande del av de totalt -25 TWh är i Finland.

Då nivån i vattenmagasinen är på relativt normala nivåer innebär det hydrologiska underskottet på låga snölager och mindre markvatten. Detta kan leda till en betydligt mindre tillrinning av vatten till magasinen än normalt vilket leder till att vattenkraften kan behöva hålla hårdare på vattnet för att räcka över kommande vintersäsong. Detta påverkar elpriserna uppåt.

Figur 10 Hydrologisk balans i Norden per vecka 2025–2026, TWh



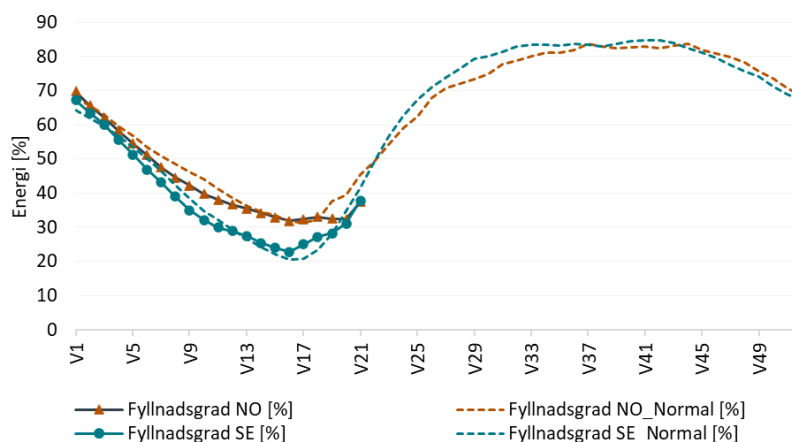
Källa: SKM Market Predictor

Fyllnadsgraden i de svenska och norska magasinen redovisas i Figur 11 nedan. Den senaste vecka, vecka 21, ses att magasinnivåerna ökade rejält men normalt både i Sverige och Norge av pågående snösmältning. Fyllnadsgraden i de svenska magasinen har ökat sedan vecka 17 och i slutet av vecka 21 var den 38 procent vilket är 4 procentenheter under normalen för aktuell vecka⁴. I Norge ökade fyllnadsgraden till 37 procent under vecka 21. Då ökningen skett flera veckor senare än normalt så är också fyllnadsgraden en god bit under normal nivå som är 45 procent för aktuell vecka⁵. Gemensam fyllnadsgrad för norska och svenska magasin var 38 procent i slutet på vecka 21 vilket är 7 procentenheter under normalen.

⁴ Normalnivån skiljer sig åt beroende på källa om det är median- eller medelvärde och vilka år som inkluderas. I Energiföretagen Sveriges veckostatistik anges tex medelfyllnadsnivån för 1960–2025 vara 42 procent för vecka 21.

⁵ Enligt NVE är medianvärdet (för de sista 20 åren) för normalen 45,3 procent för vecka 21.

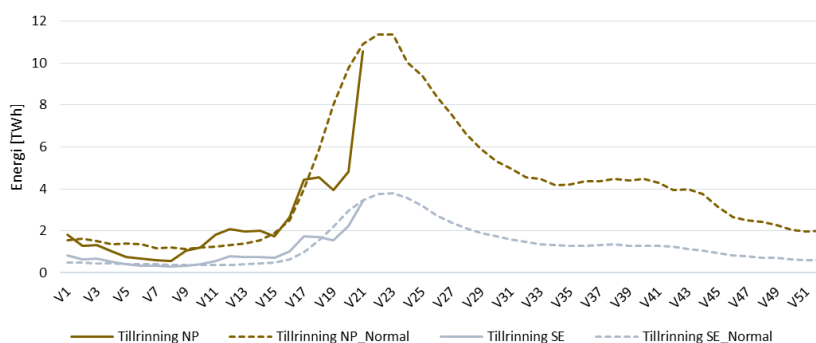
Figur 11 Fyllnadsgrad i svenska och norska vattenmagasin 2026 och genomsnittlig normalnivå, procent



Källa: SKM Market Predictor

Figur 12 redovisar tillrinningen i Sverige och Norden per vecka samt för ett genomsnittligt normalår. Mars månad var ovanligt varm och snösmältningen startade tidigare än vanligt i delar av Sverige och i april startade snösmältningen även i norra delarna av landet. Inledningen av maj blev svalare och tillrinningen har varit lägre och oregelbunden mellan veckorna. Under maj månads näst sista vecka (vecka 21) var tillrinningen 3,4 TWh i Sverige vilket kan jämföras med föregående veckas tillrinning på 2,3 TWh. För Norden som helhet uppgick tillrinningen för veckan till hela 10,6 TWh vilket är en stor ökning från föregående vecka som var 4,8 TWh.

Figur 12 Tillrinning i Sverige och i Norden 2026 och normala tillrinning per vecka, TWh



Källa: SKM Market Predictor

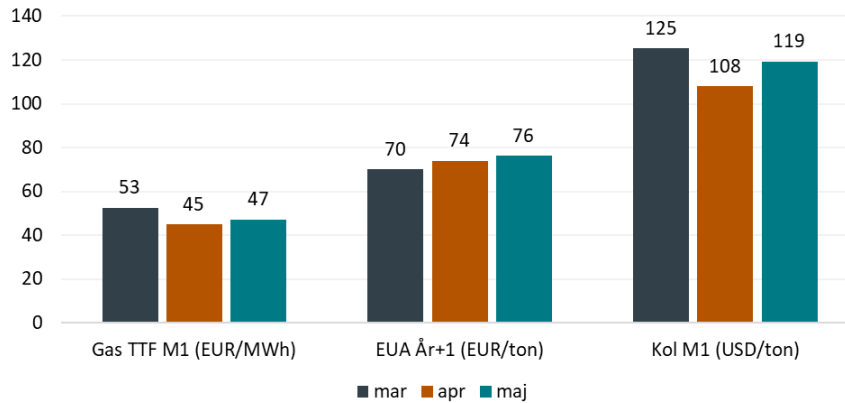
2.3 Priser på bränslen och koldioxid

Utvecklingen av de fossila bränslepriserna i form av kol, naturgas samt utsläppsrättspriserna är av stor betydelse för elmarknaden eftersom de påverkar de rörliga kostnaderna i fossilbränslebaserade kraftverk. Mer information om de globala energimarknaderna finns i Energimyndighetens marknadsbrev [Marknadsrapporter och lägesbilder](#).

Kriget i mellanöstern startade i slutet av februari och effekterna på bränslepriserna i mars ses tydligt i Figur 13. Under april kom uttalandet om en vapenvila och det

genomsnittliga månadspriset på naturgas och kol sjönk tillbaka något men i april har de åter ökat. I maj var det genomsnittliga priset på naturgas 47 EUR/MWh (+2,1 EUR/MWh jämfört med föregående månad) och för kol ökade priset till 119 USD/ton (+11,4 USD/ton). Priset på utsläppsrätter har ökat något varje månad sedan mars och var 76 EUR/ton i maj (+2,3 EUR/ton).

Figur 13 Genomsnittligt månadspris på naturgas, utsläppsrätter och kol, mars–maj 2026



Källa: SKM Market Predictor (Spectron, mean och Nord Pool, Close)

Under maj var dagspriset på den nordvästeuropeiska naturgasmarknaden som lägst 43 EUR/MWh den 7 maj och som högst 52 EUR/MWh den 19 maj. De europeiska naturgaslagren fylls nu på och var fyllda till 40 procent den 31 april, att jämföra med 33 procent sista dagen i april.⁶ Priset på kol följer normalt priset på gas men en ökad efterfrågan på kol ger en lite annan prisutveckling. Dagspriset på kol var som lägst 111 USD/ton den 6 maj på och steg sedan till att vara som högst 130 USD/ton den 28 maj. Dagspriset på utsläppsrätter var som lägst 73 EUR/ton den 4 maj och som högst 81 EUR/ton den 29 maj.

2.4 Handel

Sverige nettoexporterade 2 TWh under maj, vilket är 0,7 TWh mindre än under föregående månad och 0,3 TWh mindre än i maj 2025, vilket ses i Tabell 2. Störst nettoexport gick till Finland och Danmark med 0,7 TWh vardera under maj följt av 0,4 TWh till Norge. För Norden som helhet ökade nettoexporten till 1,3 TWh i maj från 0,4 TWh i april. Under maj var det 38 timmar med nettoimport vilket kan jämföras med 3 timmar i april. Hittills under 2026 har nettoimport skett under 69 timmar. Under hela 2025 var det 53 timmar med nettoimport, där merparten av dem uppstod under november.

⁶ [Data Overview / Historical Data - AGSI](#), Vid fulla lager har EU cirka 100 miljarder kubikmeter gas i lager, vilket är ungefär en tredjedel av EU:s årliga konsumtion.

Tabell 2 Handel, nettoexport (-), nettoimport (+), TWh

Exportörande region	Importerande region	Maj 2026	April 2026	Maj 2025
SE1	FI	-0,7	-0,6	-0,3
SE3	FI	0,0	-0,4	-0,4
SE3	DK1	-0,1	-0,2	-0,3
SE4	DK2	-0,6	-0,5	-0,6
SE1	NO2	0,1	-0,1	0,2
SE2	NO4	0,0	0,0	0,1
SE2	NO3	-0,2	-0,3	0,0
SE3	NO1	-0,3	-0,5	-0,4
SE4	DE	0,0	0,0	-0,1
SE4	PL	-0,1	0,0	-0,2
SE4	LT	0,0	0,1	-0,3
DK1	NL	0,2	0,1	0,0
DK1	DE	-0,1	0,0	-0,2
DK2	DE	-0,1	-0,1	-0,1
NO2	NL	0,0	0,0	0,0
NO2	DE	-0,2	0,0	-0,4
NO2	UK	-0,7	-0,2	-0,8
NO4	RU	0,0	0,0	0,0
FI	RU	0,0	0,0	0,0
FI	EE	-0,4	-0,3	-0,2
Nettoexport	Sverige	-2,0	-2,7	-2,3
Nettoexport	Norden	-1,3	-0,4	-2,2

Källa: SKM Market Predictor

2.5 Ekonomisk utveckling

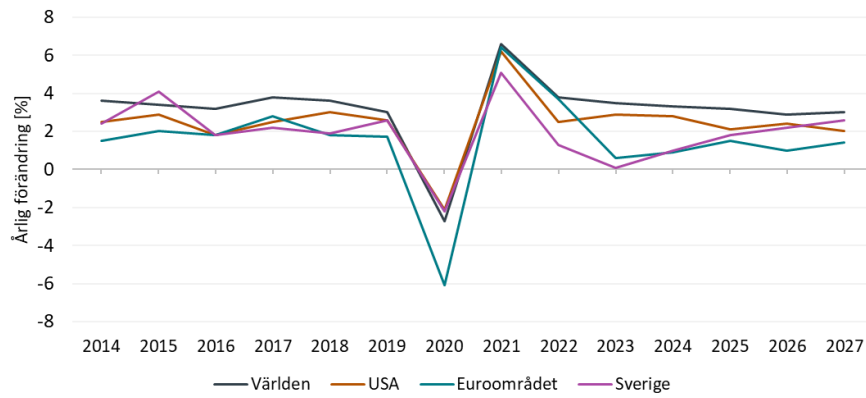
I Figur 14 presenteras prognoser på årsnivå för BNP från Konjunkturinstitutet (KI). På kort sikt kan en minskad ekonomiska utvecklingen påverka elmarknaden på åtminstone två olika sätt genom att påverka elpriset i nedåtgående riktning. För det första leder en minskad ekonomisk aktivitet till att efterfrågan på el minskar genom att näringslivet och framför allt industrin producerar mindre varor och tjänster men även att hushållens konsumtionsutrymme minskar. För det andra innebär en försämrad ekonomi i regel ett tryck nedåt på bränslepriser som kol, gas och råolja vilket i sin tur påverkar elpriserna i Sverige och Europa. Det omvända gäller vid en ökad ekonomisk aktivitet.

Konjunkturinstitutet konstaterar i sin senaste prognos (mars 2026)⁷ att kriget i Mellanöstern har en viss dämpande effekt på ekonomin framöver och att tillväxten i den svenska ekonomin bromsar in det första kvartalet i år. Prognosen vilar på antagandet att kriget inte blir långvarigt och att BNP-tillväxten blir starkare efter sommaren när de makroekonomiska effekterna av kriget börjar klinga av och den inhemska efterfrågan växer snabbare. Lågkonjunkturen bedöms ebba ut mot slutet av 2026.

⁷ [Återhämtningen fortsätter trots kriget i Mellanöstern - Konjunkturinstitutet](#)

BNP-tillväxten bedöms uppgå till 1,5 procent 2025 och för 2026 är tillväxten nedskriven något till 2,5 procent år 2026 i jämförelse med föregående prognos från december 2025. För 2027 bedöms BNP-tillväxten vara 2,8 procent.

Figur 14 BNP och prognos av BNP, fasta priser



Källa: KI, kalenderkorrigerade värden

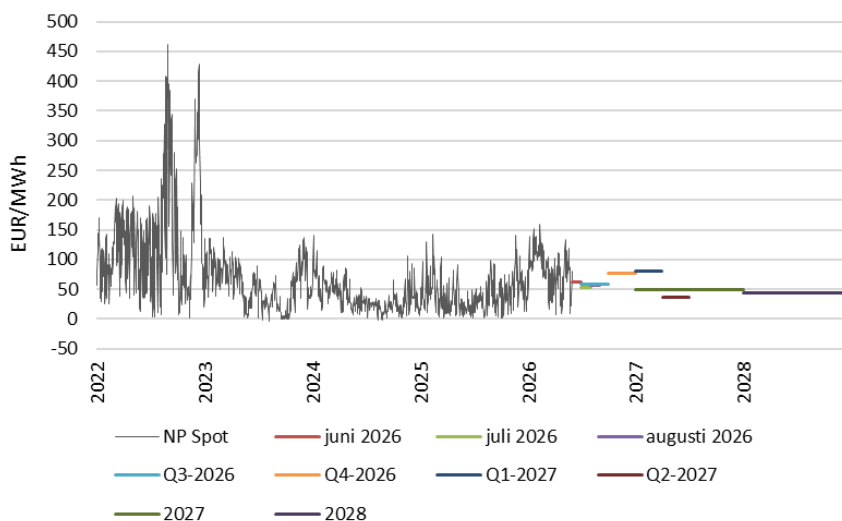
3 Terminspriser på den finansiella marknaden

Förutom den fysiska handeln med el handlar många marknadsaktörer även på den finansiella marknaden för att prissäkra sin produktion eller användning. Terminspriserna ger en indikation på vad marknaden tror om framtida priser just när kontrakten handlas.

Terminspriset i Norden (systempris) för juni 2026 (frontmånad) stängde på 62,5 EUR/MWh i slutet på maj och priserna på årskontrakten för Norden 2027 och 2028 stängde på 48,8 respektive 43,7 EUR/MWh. I Figur 15 nedan redovisas Nord Pools systempris samt forwardpriser för olika kontrakt på Euronext. Läs mer om den finansiella marknaden i Bilaga.

Forwardpriser på el indikerar marknads förväntningar på framtida elpriser tidpunkten när avtalet sluts och används för prissäkring av både producenter och användare. Vid oro på marknaden ses ofta påverkan på forwardpriser och kriget i mellanöstern har höjt prisnivån när de jämförs med prisnivån innan kriget inleddes. I slutet på maj ses till exempel att kontrakt för Q3 var 18 EUR/MWh högre än dagen innan kriget och Q4 var 22 EUR/MWh medan årskontrakt för 2027 och 2028 var 7 respektive 3 EUR/MWh högre. För de närmaste leveransperioderna ses fortsatt högre prisnivåer jämfört med innan kriget inleddes och in på 2027 minskar skillnaden och för 2028 handlas kontrakten på prisnivåer mer likt innan kriget. Kriget är inte den enda anledningen till den ökade prisnivån på forwardpriserna då det även är ett underskott i den hydrologiska balansen vilket kan påverka tillgången på vatten inför kommande vinter. Läs mer om den hydrologiska balansen i kapitel 2.2.2 *Hydrologi*.

Figur 15 Systempris (dygnsmedel) samt terminspriser för olika kontrakt, EUR/MWh



Källa: SKM Market Predictor, Forwardpriserna tagna 2026-05-31.

4 Slutkundspriser

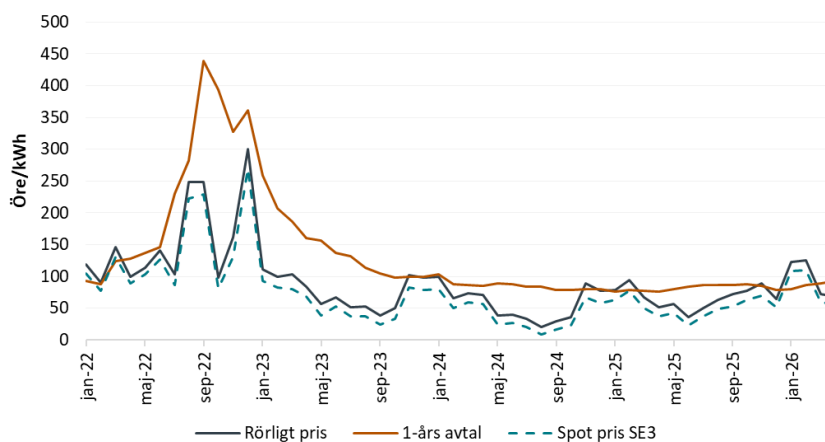
Spotpriset på Nordpool är en del av den totala kostnaden för en slutkund då det tillkommer avgifter hos elhandlaren, nätkostnad, elskatt och moms. Majoriteten av kunder har någon form av rörligt elavtal, kostnaden för elavtalet står för mellan 24–38 procent av slutkundens totala kostnad för el och skatt och moms står tillsammans för mellan 37–42 procent beroende på elområde under april.

Slutkunders elpris följer med i de prisförändringar som sker på elmarknaden, särskilt vid kvartsprisavtal men även vid rörliga månadsavtal. Fastprisavtal kan påverkas, men på längre sikt.

De flesta elkunderna i Sverige har någon form av rörligt avtal (kvartspris eller månadspris). I april var det 75 procent av alla kunder som hade rörligt avtal (61 procent har rörligt månadsavtal och 14 procent har rörligt timpris- eller kvartsprisavtal). SE4 är det elområde med högsta andelen rörliga avtal med 83 procent i april (69 procent har rörligt månadsavtal och 14 procent har rörligt timpris- eller kvartsprisavtal). I SE1 är andelen som lägst med 68 procent (58 procent har rörligt månadsavtal och 10 procent har rörligt timpris- eller kvartsprisavtal).

I Figur 16 ses att spotpriset i SE3 var något lägre i april jämfört med föregående månad och att det rörliga elprisavtalet följer spotpriset neråt. Det 1-åriga elprisavtalet är något högre för typkunden villa med elvärme i SE3 jämfört med föregående månad. Det genomsnittliga priset (exkl. elskatt, elnät och moms) var 93 öre/kWh för ett 1-års fastprisavtal och 69 öre/kWh för ett rörligt avtal för typkunden villa med elvärme i SE3. Motsvarande pris för SE4 var 111 öre/kWh för ett 1-års fastprisavtal och 81 öre/kWh för ett rörligt.

Figur 16 Elhandelspris, genomsnittligt rörligt avtal och 1-årigt fastprisavtal för kunden villa med elvärme i SE3 per månad (exkl. skatt), öre/kWh

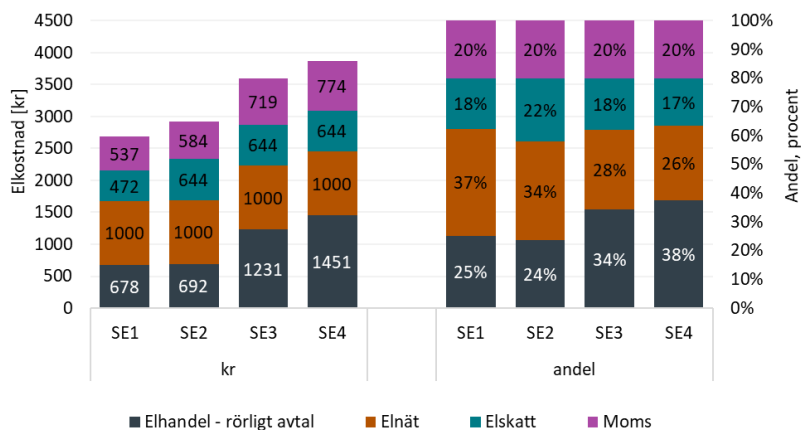


Källa: SCB, SKM Market Predictor, Nord Pool

Den totala elkostnaden för en kund består enkelt uttryckt av fyra delar, kostnaden för el, nätavgifter för transporten av el, elskatt och moms. I Figur 17 redovisas en uppskattning av den totala elkostnadens delar för typkunden villa med elvärme i respektive elområde i april samt motsvarande procentuella fördelning. I SE1 och SE2 uppgick den totala kostnaden till omkring 2 690 kr respektive 2 920 kr medan motsvarande kostnad i SE3 och SE4 låg på 3 590 kr respektive 3 870 kr.

En lägre elanvändning i april bidrar mest till att totala kostnaden minskade för typkunden i samtliga elområden. Kostnaden har minskat mest i SE3 och SE4 där det även var ett lägre spotpris under månaden. Under månaden utgör kostnaden för elavtalet den största delen av slutkundens totala kostnad för el i södra Sverige medan det är elnätskostnaden i norra Sverige. I SE4 står kostnaden för elavtalet 38 procent och i SE2 för 24 procent. Under månaden står skatt och moms tillsammans står för mellan 37–42 procent av totala kostnaden beroende på elområde.

Figur 17 Totala elkostnadens olika delar för typkunden villa med elvärme med rörligt elhandelsavtal (årsförbrukning på 20 000 kWh varav 1 789 kWh för aktuell månad) för respektive elområde i april 2026, kr (vänster axel) samt motsvarade procentuell fördelning, procent (höger axel).



Källa: SCB, Skatteverket, Energimyndigheten

Anm: Det antagna elnätspris är samma i alla elområden, i verkligheten varierar elnätspriset geografiskt, både inom och mellan elområden. Vidare har samma förbrukning (20 000 kWh per år) och fördelning av förbrukningen över året antagits även om förbrukningen i genomsnitt är högre i SE1 jämfört med SE4. Under det senaste året har även många hushåll vidtagit åtgärder för att minska elförbrukningen vilket innebär att antagen förbrukning inte är lika representativ. För SE1 har den reducerade elskatten använts, vissa kommuner i SE2 och SE3 har också reducerad elskatt.

5 Nyhetsuppdatering

I detta avsnitt beskrivs några av de aktuella nyheterna för maj på elmarknaden i korthet.

Regeringen förlänger och utökar uppdrag om Sveriges elområdesindelning

Den 15 maj 2025 fick Svenska Kraftnät uppdrag av regeringen att analysera förutsättningarna för att ändra Sveriges elområdesindelning som skulle ha redovisats den 29 maj 2026.⁸ Nu har regeringen förlängt uppdraget med ett tilläggsuppdrag att även publicera en rapport om strukturell överbelastning. Det förlängda och utökade uppdraget ska redovisas den 29 januari 2027.⁹

Svenska Kraftnät ser inte i dagsläget att ett elområde skulle gynna Sverige då begränsningar fortfarande måste hanteras och utan elområden riskerar det att bli dyrt och ineffektivt. De bedömer vidare att en ny elområdesindelning tidigast kan ske 2030. Läs mer om frågor och svar hos Svenska kraftnät, [Frågor och svar om elområden | Svenska kraftnät](#).

Regeringen beslutar att pausa eller begära mer analyser av utlandsförbindelser och ger Svenska kraftnät i uppdrag att revidera investeringsplanen för 2027–2029

Sedan december 2025 har ett nytt sk kraftnätspaket¹⁰ förhandlats i rådet i EU och förhandlingarna är pågående. I samband med detta kräver regeringen att medlemsstaterna ska få använda flaskhalsinkomster mer flexibelt, till exempel för att finansiera fossilfri och planerbar elproduktion och för elstöd.

Den 8 maj meddelar regeringen på en pressträff¹¹ att Sverige därför pausar planeringen av utlandskablar. Samtidigt får Svenska kraftnät i uppdrag att revidera investeringsplanen för 2027–2029.^{12,13} Revideringen ska exkludera förnyelsen och uppgraderingen av utlandsförbindelsen till Danmark (Konti-Skan Connect) samt utlandsförbindelserna till Finland, Aurora Line 2 och Fenno-Skan 3. Den reviderade investeringsplanen ska vara inlämnad senast den 31 juni 2026.

Tyska staten har inlett processen för att sälja Uniper

Tyska staten tog över Uniper under hösten 2022 efter att bolaget drabbats hårt av energikrisen. Enligt statsstödsreglerna i EU får inte tyska staten äga mer än 25 procent av bolaget i slutet av 2028 och processen för att sälja Uniper har påbörjats.¹⁴ Intressenter har fram till den 12 juni på sig att lämna in intresseanmälningar till investmentbankerna JPMorgan Chase och UBS som är rådgivare åt den tyska staten vid försäljningen.

⁸ [Svenska kraftnät får i uppdrag att göra en förnyad analys av Sveriges elområdesindelning - Regeringen.se](#)

⁹ [Utökad uppdrag till Svenska kraftnät om Sveriges elområden | Svenska kraftnät](#)

¹⁰ [European grids - European Commission](#)

¹¹ [Regeringen går vidare med uppdrag om utlandskablar - Regeringen.se](#)

¹² [Verksamhetsplan med investerings- och finansieringsplan 2027–2029](#)

¹³ [Uppdrag till Affärsverket svenska kraftnät att inkomma med en reviderad investeringsplan - Regeringen.se](#)

¹⁴ [Tyskland säljer Uniper – påverkar svensk kärnkraft](#)

Uniper är i dagsläget delägare i samtliga kärnkraftsanläggningar i Sverige samt är hel- eller delägare i 74 vattenkraftverk (drygt 10 procent).

Vattenfall satsar miljarder på svensk vattenkraft

Vattenfall äger mer än hälften av svensk vattenkraft och satsar nu omkring 10 miljarder på underhåll, ersättningar och nya projekt till 2030. Investeringarna omfattar både nybyggnation i befintlig vattenkraft på fyra platser och modernisering av anläggningar för att kunna producera el även de kommande 100 åren.¹⁵

¹⁵ [Vattenfall fortsätter att miljardsatsa på svensk vattenkraft - Vattenfall](#)

Bilaga

Elmarknaden

Den svenska elmarknaden avreglerades den 1 januari 1996, vilket innebar att handel med el skiljdes åt från överföring av el. Handel med el konkurrensutsattes och idag är endast nätverksamheten reglerad som ett naturligt monopol. Elmarknaden består av flera delmarknader såsom dagen före-marknaden, intradagsmarknaden och balansmarknaden. Det finns flera olika börser på vilka el kan handlas. Vilka börser och marknader som används till vad beror på vilka produkter och tjänster som erbjuds och hur långt det är kvar till tidpunkten för leverans.

I detta marknadsbrev fokuserar vi på dagen före-marknaden, även kallad för spotmarknaden. Elpriset styrs av utbud och efterfrågan, och fastställs timme för timme inför nästkommande dygn. Sedan den 30 september 2025 fastställs priset på dagen före-marknaden en gång i kvarten (15-minuters avräkning).

Inom den EU-gemensamma elmarknaden kopplas alla medlemsstaters marknader till varandra. De ledningar som förbinder de olika medlemsstaternas elsystem optimeras av de systemansvariga (i Sverige är det Svenska kraftnät) för att ge en så stor samhällsekonomisk nytta som möjligt för hela området. För Sveriges del innebär detta att svensk elproduktion inte bara kan överföras till de länder vi har direkta överföringsförbindelser till (Norge, Finland, Danmark, Litauen, Polen och Tyskland), utan att den även utgör en del av det EU-gemensamma elsystemet.

Jämviktspriset varje kvart, motsvaras av den kortsiktiga marginalkostnaden för den dyraste produktionsbudet som krävs för att möta efterfrågan. Prisskillnader kan uppstå mellan olika elområden då överföringskapaciteten inte är tillräcklig för att uppnå full prisutjämning. På den finansiella marknaden har det så kallade systempriset en viktig funktion i Norden då det används som referenspris för många av de finansiella kontrakten. Systempriset beräknas utifrån förutsättningar att det inte skulle finnas några överföringsbegränsningar mellan områdena i Norden (Norge, Sverige, Danmark och Finland) och tar även hänsyn till de överföringskapaciteter mellan Norden och Nederländerna, Tyskland, Polen och Baltikum som gäller vid områdesprisberäkningen.

Finansiella marknaden

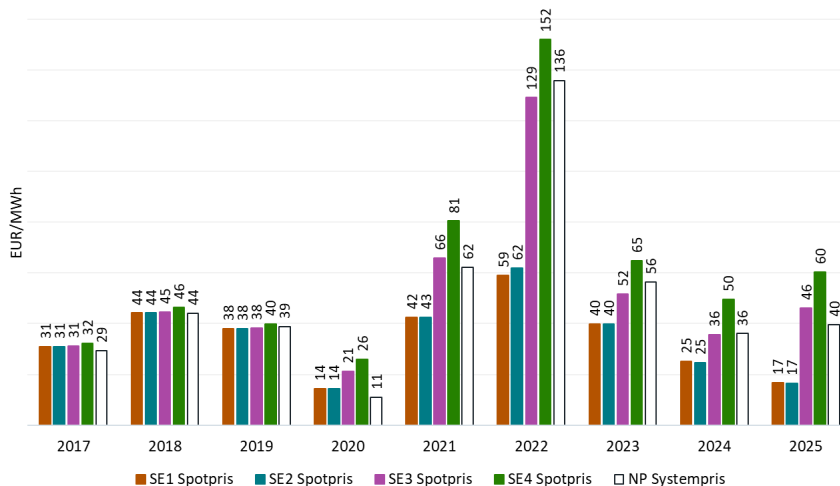
Förutom den fysiska handeln med el handlar många marknadsaktörer även på den finansiella marknaden för att prissäkra sin produktion eller användning. På den finansiella marknaden används olika typer av finansiella kontrakt. Den vanligaste formen är terminskontrakt (framför allt så kallade futures, men även forwards) som definieras för olika löptider och tidsperioder. Till exempel kan detta gälla kontrakt som täcker en specifik månad, ett kvartal eller ett år. En köpare av en future förbinder sig att betala ett visst pris för en bestämd energivolym under kontraktets löptid. Säljaren förbinder sig på samma sätt att sälja motsvarande energivolym till samma pris. Kontrakten som används i Norden innebär dock inte att någon fysisk leverans av energi sker mellan parterna. Priserna på den finansiella marknaden kan sägas återspegla marknadsaktörernas samlade värdering av de framtida elpriserna för respektive tidsperiod.

En betydande del av handeln på den finansiella marknaden sker på organiserade handelsplatser/börser, som erbjuder standardiserade kontrakt och en kontinuerlig prissättning och värdering av dessa. I Norden har den dominerande börsen för finansiella produkter varit Nasdaq OMX Commodities¹⁶, men även den största börsen i Europa EEX¹⁷ har länge erbjudit handel med kontrakt som gäller el i Norden. I början av 2025 meddelades att en annan europeisk börs, Euronext, avsåg att förvärva Nasdaqs nordiska elterminer och överföringen dit gjordes den 16 mars 2026. Utöver att handla på en organiserad handelsplats/börs finns också möjligheter för parter att ingå avtal med varandra direkt, så kallad bilateral handel. I dessa avtal är det möjligt att göra mer individuella anpassningar av kontraktens utformning.

Historiska årsmedelpriser på el

I Figur 18 visas de genomsnittliga årsmedelpriserna och hur de varierat sedan 2017 till 2025. Fram till 2019 låg det genomsnittliga elpriset på ungefär samma nivå i alla elområden, omkring 20–40 EUR/MWh. Sedan 2020 har årsmedelpriset varierat betydligt mer mellan områdena. Elpriserna steg under 2021 och nådde rekordhöga nivåer under 2022, främst till följd av höga gas- och kolpriser i Europa. Högst blev årsmedelpriset på strax över 150 EUR/MWh i SE4. Prisuppgången drevs av en strukturell ökning i efterfrågan på gas, kopplad till omställningen av kraftsystemet i och med Rysslands invasion av Ukraina, samt av den ekonomiska återhämtningen efter pandemin. Under 2023 och 2024 sjönk priserna generellt till lägre nivåer än slutet av 2021 och 2022. Samtidigt kvarstod variationer mellan elområden, där södra Sverige (SE3 och SE4) hade högre priser på grund av sin direkta koppling till det kontinentala elnätet och därmed större påverkan från europeiska prisnivåer, medan i norra Sverige (SE1 och SE2) där det finns ett stort utbud av vatten- och vindkraft med låga driftkostnader, i regel pressat ned priserna.

Figur 18 Årsmedelpris i SE1-SE4 samt för systempriset 2017–2025, EUR/MWh



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

Orsaker till negativa priser

Stor produktion när vinden blåser och solen skiner i kombination med att traditionella termiska produktionsanläggningar ofta har kostnader för att starta och stoppa

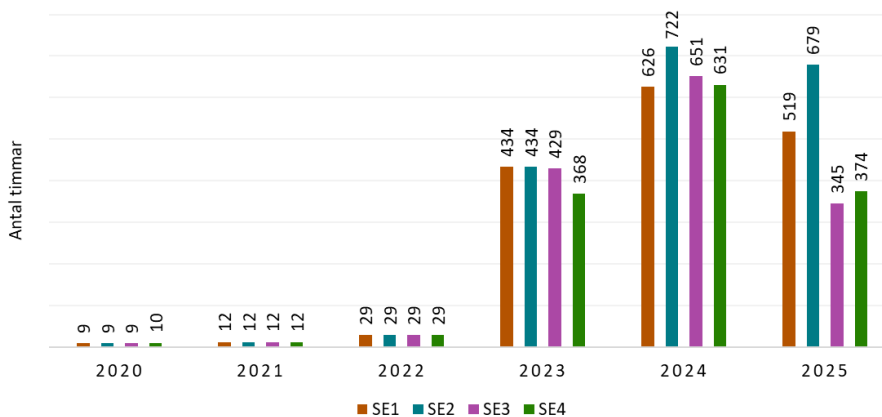
¹⁶ Nasdaq: Stock Market, Data Updates, Reports & News

¹⁷ European Energy Exchange AG (EEX)

produktionen, gör att vissa aktörer på marknaden hellre bjuder ut sin produktion till negativt pris än att avbryta sin produktion. Olika former av stödsystem och intäkter från tex ursprungsgarantier bidrar också till ovilja att dra ned produktion trots negativa spotpriser. Tillfällen med negativa priser inträffar primärt i perioder då efterfrågan är låg och produktionen från intermittenta kraftslagen är hög. Antal timmar med negativa priser i de svenska elområdena inträffade under 2025 oftast på lördagar för samtliga elområden med mellan 110–154 tillfällen. Under 2025 inträffade flest antal negativa timmar runt tvåtiden på dagen samt fyratiden på natten, och mer sällan mellan runt niotiden på morgonen och runt åttatiden på kvällen.

I Figur 19 visas antalet timmar med negativa priser som uppstått i varje elområde per år mellan 2020–2025. Orsaken till att antalet timmar med negativt pris ökat de senaste åren beror i hög grad på ett ökande inslag av intermittenta kraftslag med mycket låga rörliga kostnader. Exempelvis var efterfrågan under stora delar av 2023 och 2024 lägre än tidigare år, samtidigt som produktionen från vind och solkraft ökade, vilket ledde till att antalet timmar med negativa priser blev fler. Samma situation kvarstod under 2025 även om antalet timmar minskade något.

Figur 19 Antal timmar med negativa elpriser i SE1–SE4, 2020–2025



Källa: SKM Market Predictor, Nord Pool

Elproduktion

Den nordiska elproduktionen domineras av vattenkraft, kärnkraft, vindkraft samt termisk kraft i form av kraftvärme. I Sverige är det största kraftslaget alltjämt vattenkraft följt av kärnkraft och vindkraft. Även värmekraften är av betydelse inte minst lokalt och regionalt. I Norge är vattenkraft det dominerande kraftslaget följt av vindkraft. Det danska elsystemet karakteriseras av en mycket hög andel vindkraft följt av värmekraft och sol. Det finska elsystemet utgörs främst kärnkraft följt av vind- och vattenkraft. Andelen värmekraft har minskat över tid och är numer till största delen förnybar.

I Figur 3 redovisas den installerade elproduktionskapaciteten för respektive elområde i Sverige 2024. Mest elproduktionskapacitet finns i SE3 med nästan 21 700 MW och minst i SE4 där kapaciteten är drygt 6 700 MW.

Tabell 3 Installerad kapacitet per elområde och i Sverige 2024, MW

	SE1	SE2	SE3	SE4	Totalt
Vattenkraft	5 213	8 103	2 629	324	16 269
Vind	3 067	7 075	4 233	2 444	16 819
Sol	39	195	3 164	1 410	4 808
Kärnkraft	0	0	7 001	0	7 001
Värmekraft	288	787	4 637	2 533	8 245
Totalt	8 607	16 160	21 664	6 711	53 142

Källa: Energimyndigheten,