

# Bästa tipsen för att undvika spam

Det bästa sättet att stoppa skräppost är att se till att den aldrig kommer fram över huvud taget. Om du följer dessa råd och tips begränsar du mängden oönskade e-postmeddelanden framöver.

## Tänk innan du klickar



De flesta av oss vet när vi ser något misstänkt på nätet, men ibland är vi stressade eller tänker vi oss bara inte för – och klickar trots att vi egentligen vet bättre. Tänk dig för en extra gång innan du klickar på en länk, delar din e-postadress för att få olika utskick eller deltar i en tävling där "priset" egentligen bara är en inkorg fylld med skräppost.

## Håll din e-post dold



En vanlig anledning till att du får skräppost, som spam och nätfiske, är att din mejladress har fångats upp av en robot. Detta inträffar ofta om den finns tillgänglig på nätet. Undvik därför att ditt namn och din e-post ligger fritt tillgängliga på hemsidor och andra platser på internet.

## Skapa en extra e-postadress

Ibland kan det behövas en mejladress för att delta i tävlingar, använda onlineverktyg eller registrera program på datorn. Då kan du skapa en extra adress, till exempel hos Gmail.com. På så sätt kan du få mindre viktiga reklam mejl och potentiell skräppost dit, så att bara viktiga e-postmeddelanden hamnar i din riktiga inkorg.

## En självförstörande mejladress

Ett alternativ till att skapa en extra mejladress är tjänsten GetNada. Här får du en mejladress som bara finns en kort tid. Den kan du använda om du ska registrera dig på en webbplats du inte litar på.

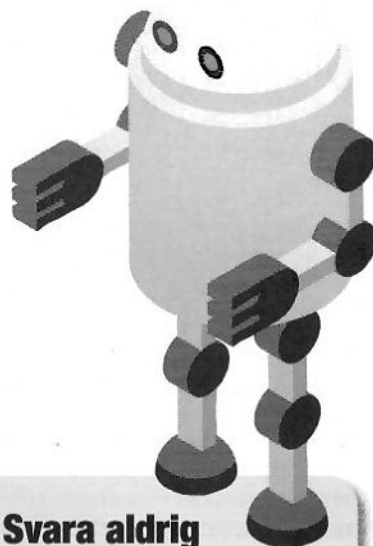
Använd dock inte det här verktyget för mejl som du har tänkt behålla, eftersom alla dina meddelanden till adressen raderas efter sju dagar:



[www.getnada.com](http://www.getnada.com)

## Ge bara din e-post till platser du litar på

När du lämnar din mejladress till ett företag, till exempel för att du vill använda deras verktyg eller tjänst, så fråga dig först om det är en plats du litar på. Känner du till deras namn, hur ser hemsidan ut och är det något som verkar misstänkt? Om du inte vill *handla* hos företaget bör du också överväga en extra gång om du ska ge dem din e-postadress.



## Svara aldrig på skräppost

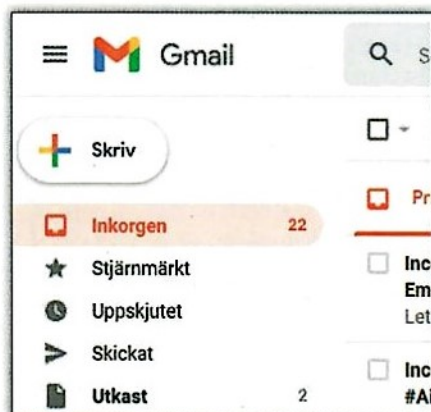
Även om du skulle vilja skicka ett argt svar när du får ett oönskat e-postmeddelande ska du ändå låta bli. Du löper risk att avsändaren, som i de flesta fall är en automatisk robot, bara registrerar att du reagerar på mejlet och därför bara skickar ännu fler.

# Så tar du bort skräppost i Gmail

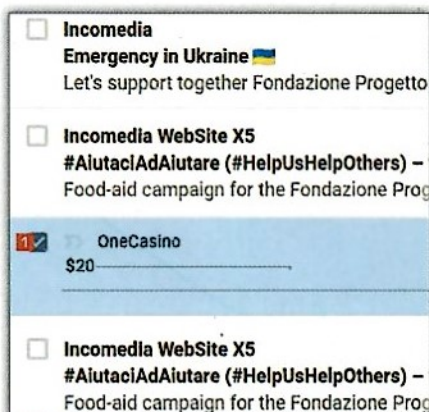
Många använder Googles Gmail för att skicka och ta emot e-post. Därför visar vi här hur man rensar skräppost i Gmail. Om du använder en annan e-posttjänst, till exempel Outlook.com, är tillvägagångssättet ungefär detsamma.

## Vad händer när jag markerar mejl som spam?

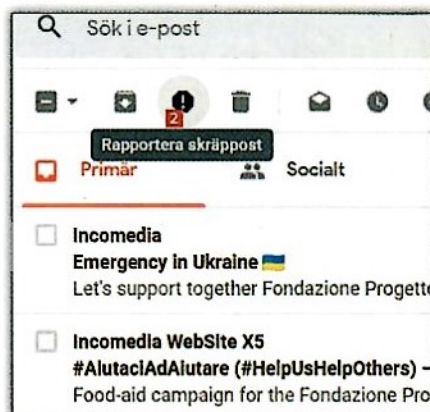
När du markerar ett mejl som spam registreras det i Googles system, och e-postmeddelanden från den avsändaren kommer förmodligen framöver att hamna direkt i din skräppostmapp. Dessutom kommer andra användare att uppleva att de slipper samma typ av e-post, eftersom Google nu vet att den hör hemma i skräppostmappen.



**1** Öppna önskad e-posttjänst eller e-postprogram. I det här exemplet har vi öppnat Gmail i vår webbläsare.



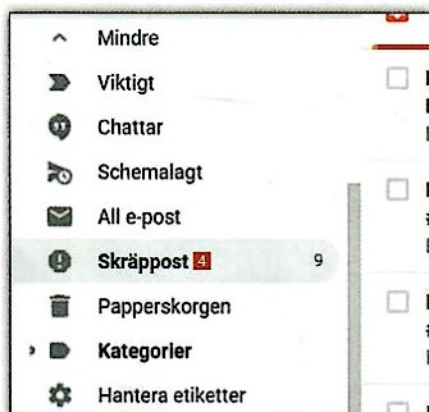
**2** Leta upp skräpposten du vill bli av med och markera den med en bock **1** till vänster.



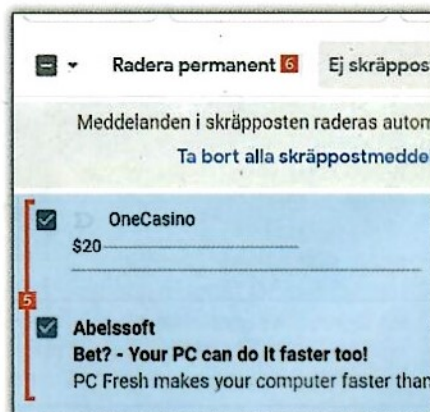
**3** På menyn längst upp klickar du på **Rapportera skräppost** **2**. Mejlet flyttas till skräppostmappen i Gmail, varifrån det raderas efter 30 dagar.



**4** Om du vill radera mejlet från skräppostmappen bläddrar du ned i menyn och klickar på **Fler** **3** om mappen **Skräppost** inte finns med i översikten.



**5** Klicka sedan på **Skräppost** **4** för att öppna mappen i Gmail.



**6** Markera det eller de mejl **5** du vill radera och klicka på **Radera permanent** **6**. Då raderas de valda e-postmeddelandena.

# Plocka bort riktiga mejl ur skräppostfiltret

Ibland kan "riktiga" e-postmeddelanden fastna i skräppostfiltret, och då måste du berätta för e-postprogrammet att det är ett misstag. Här visar vi hur du gör i Gmail: Om du använder en annan e-posttjänst, till exempel Outlook.com, är tillvägagångssättet ungefär detsamma.

## TIPS!

### Kontrollera regelbundet ditt skräppostfilter

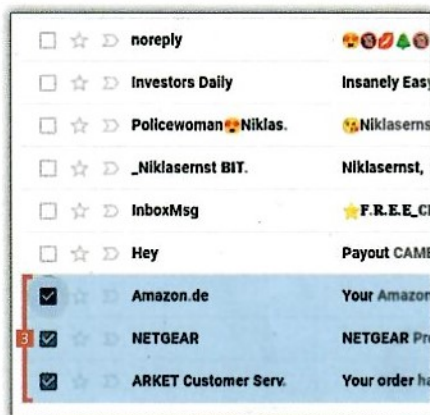
Det är tyvärr inte bara skräppost som fastnar i skräppostfiltret. Vi rekommenderar att du löpande kontrollerar om det finns några viktiga mejl. Meddelandena i skräppostmappen raderas nämligen permanent, vanligtvis efter 10 till 30 dagar. Det är därför en bra idé att hålla ett öga på mappen.



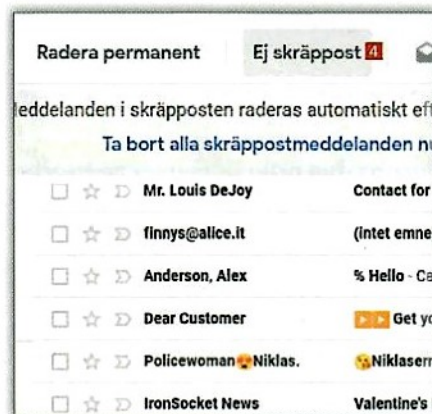
**1** Klicka på knappen **Mer** på menyn till vänster om mappen **Skräppost** inte syns i översikten.



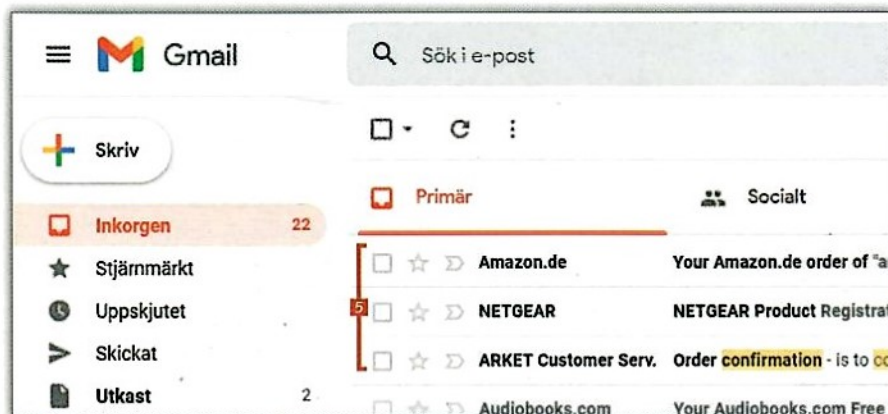
**2** Öppna sedan skräppostmappen i Gmail genom att klicka på **Skräppost** på menyn.



**3** Leta upp de eventuella mejl som faktiskt *inte* är skräppost och markera dem.



**4** På menyn längst upp klickar du på knappen **Ej skräppost**.



**5** Nu flyttas de mail du markerade tillbaka till inkorgen. I fortsättningen kommer Gmail automatiskt att skicka mejl från samma avsändare till din inkorg istället för till skräppostmappen.