

Säkra lösenord



Gunilla Brattberg, Seniornet Kungsholmen

Regler för lösenord

- minst 12 tecken
- stora och små bokstäver
- minst en siffra
- minst ett tecken



Efter *unikt lösenord* kommer *långt lösenord* och först därefter kommer *komplex lösenord*. Det är alltså bättre att välja en lång mening på 20 eller 25 tecken än ett kortare lösenord med många specialtecken. Det är helt enkelt svårare att knäcka ett längre lösenord. Angripare har två strategier för att komma åt lösenord. Antingen lurar de oss att avslöja lösenorden eller också testar de alla tänkbara alternativ.

Ytterligare regler



Återanvänd aldrig lösenord!

Låt ditt e-postkonto ha det säkraste lösenordet!

Spara helst inte lösenord i webbläsaren!

Lösenordskontroll i Google Chrome

I webbläsaren Google Chrome kan man hitta lösenord som hackare har fått tag på. Så här kan du göra:

- Skriv <chrome://password-manager/passwords> i adressraden på Google Chrome och klicka därefter på Retur.
- Klicka på Kontrollera lösenord.

Om kontrollen upptäcker att du har läckta lösenord finns den en uppgift ”*Utsatta lösenord*”. Du får också uppgifter om hur många lösenord du har som är *återanvända* och hur många som är *svaga*.

Du kan klicka på t.ex. svaga lösenord och där ändra till ett starkare lösenord. På motsvarande sätt kan du ändra lösenord på webbplatser där du har återanvänt samma lösenord.

Tid det tar att knäcka lösenord

Antal tecken	Tid att testa alla möjliga kombinationer	Genomsnittlig tid
8	1 minut	0,5 minuter
9	58 minuter	29 minuter
10	2 dygn	1 dygn
11	135 dygn	68 dygn
12	22 år	11 år
13	1249 år	624 år
14	72 tusen år	36 tusen år
15	4201 tusen år	2100 tusen år
16	243 651 tusen år	121 826 tusen år

Långa eller komplexa lösenord

Om du har en riktigt lång fras tillför komplexiteten inte så mycket. Det är när du måste ha lösenord som bara är nio eller tio tecken långt som det är rimligt att ha en viss komplexitet. Genom att använda sig av *små och stora bokstäver, siffror* samt *specialtecken* adderar du komplexitet till lösenordet och gör det svårt att knäcka det. Svenska tecken som åäö är också bra att använda.

Hur ska man komma ihåg alla lösenord?

När du ska skapa ett lösenord kan du först tänka dig en mening och sedan ta första bokstaven i varje ord plus ett tecken och en siffra. Om du t.ex. tänker "Jag ska ta kaffe-paus klockan 2!" kan lösenordet bli Jstk-pk2!.

Ett annat sätt att skapa lösenord, som dock inte är lika starka som ovanstående, är att i stället för t.ex. minkattmisse skriva MinKattMisse eller MinKattMISSE eller minKATTmisse. Det blir svårare för utomstående att lista ut jämfört med om alla bokstäverna är små. Lägg till en siffra och ett tecken så blir det ännu bättre, t.ex. minKATT2%vit.

Hur ska man spara sina lösenord?

- Skaffa en anteckningsbok med ett register.
- Förvara den inte tillsammans med datorn eller surfplattan.
- Skriv lösenordet i ett skyddat dokument.
- Använd lösenordshanterare t.ex. **Bitwarden**.

