

# Aktiver totrinnsbekreftelse på Instagram

Totrinnsbekreftelse (autentisering) er et ekstra sikkerhetsnivå for innlogging på Instagram. Med totrinnsbekreftelse logger du inn med noe du vet (ditt passord) i tillegg til noe du får (en kode på telefon). Dette hindrer andre uvedkommende å logge inn med din konto, selv om de har ditt passord. Sikkerheten din øker betraktelig med totrinnsbekreftelse og vi anbefaler at det aktiveres snarest mulig.

I denne veiledningen viser vi hvordan du aktiverer totrinnsbekreftelse på Instagram.

## App eller tekstmelding?

Veiledning for totrinnsbekreftelse med app

Veiledning for totrinnsbekreftelse med tekstmelding

## App eller tekstmelding?

De vanligste formene for totrinnsbekreftelse, er at du får en tekstmelding over SMS med en engangskode, eller ved at du har en app på mobilen som genererer engangskoden for deg.

**Vi vil slå fast at uansett hva slags totrinns-metode man benytter, så er det mye sikrere å bruke totrinnsbekreftelse enn å ikke gjøre det.**

Når det er sagt, så anbefaler de fleste sikkerhetsekspertene, bl.a. Norsk senter for informasjonssikring (NorSIS) og Nasjonal sikkerhetsmyndighet (NSM), totrinnsbekreftelse med **app**, fremfor totrinnsbekreftelse med tekstmelding.

Grunnen er at det finnes sikkerhetsproblemer med SMS. Flere teknikker eksisterer for å avlytte og snappe opp SMS-er. Å gjøre det er langt fra trivielt, men det finnes eksempler på at det har blitt utnyttet i målrettede angrep.

Derfor er app-basert totrinnsbekreftelse sikrere. Fordi koden genereres i mobilen din, istedenfor at den blir sendt til mobilen. Da skal det mye mer til for en angriper å snappe den opp.

## Veiledning for totrinnsbekreftelse med app

## Før du begynner

Før du går i gang må du ha installert en app på mobilen din for totrinnsbekreftelse. Vi anbefaler appen Authy, men brukere med lite erfaring med mobil og teknologi kan velge Google Authenticator istedenfor, da den har enklere oppsett.

Authy i Google Play (<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.authy.authy&hl=nb>)

Authy i Apple App Store (<https://itunes.apple.com/us/app/authy/id494168017>)

Google Authenticator i Google Play (<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.authenticator2&hl=nb>)

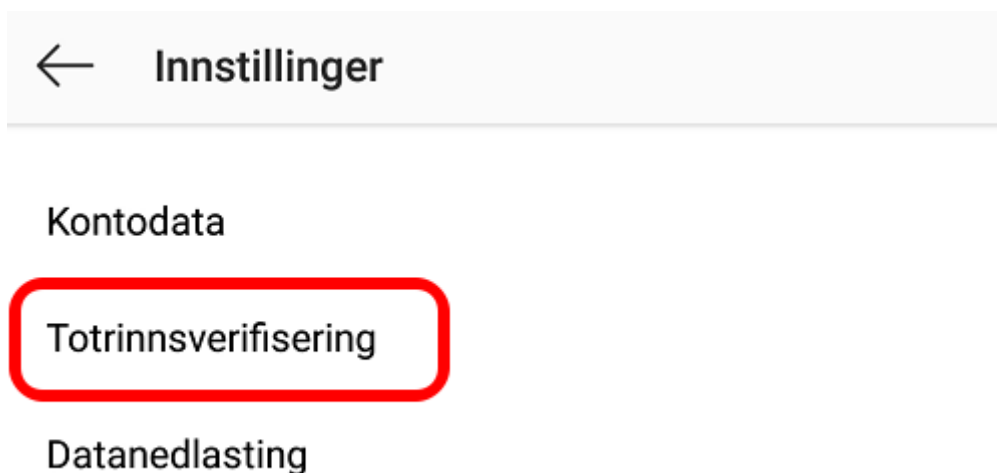
Google Authenticator i Apple App Store (<https://itunes.apple.com/us/app/google-authenticator/id388497605>)

## Steg 1

Gå inn i innstillingene i Instagram-appen. Trykk på person-ikonet (👤), så på hamburgermenyen (☰), og deretter på **⚙️ Innstillinger**.

## Steg 2

Under innstillingene, velg **🔒 Sikkerhet**, og så **Totrinnsverifisering**.



## Steg 3

Dersom du ikke allerede har aktivert totrinnsbekreftelse, vil du komme til en side lik bildet under. Trykk på **Kom i gang** for å starte.

## ← Totrinnsverifisering



### Legg til ekstra sikkerhet med totrinnsverifisering

Legg til sikkerhet på kontoen din hver gang du logger inn fra en telefon eller datamaskin vi ikke gjenkjenner.

Vi sender en tekstmelding med en innloggingskode, eller du kan bruke en valgfri sikkerhetsapp som Google Autentisering eller Duo Mobile.

[Finn ut mer](#)

[Kom i gang](#)

#### Steg 4

Du må så velge hva slags type totrinnsbekreftelse du vil ha. Denne delen av veiledningen dekker totrinnsbekreftelse med godkjenningsapp. Alternativet er å bruke tekstmelding, da vil du få engangskodene tilsendt på SMS hver gang. Vi anbefaler app-basert totrinnsbekreftelse, da det er litt sikrere.

## Velg sikkerhetsmetode

Velg om du vil ha sikkerhetskoden når vi må bekrefte at det er du som logger inn. [Finn ut mer](#)

### Totrinnsverifisering

#### Tekstmelding

Vi sender en kode til nummeret du velger.



#### Godkjenningsapp

Vi sjekker om du har en. Hvis du ikke har det, anbefaler vi en du kan laste ned.



### Steg 5

På dette steget vil Instagram oppdage hvilken app som er installert på mobilen din for totrinnsbekreftelse. Om den har funnet den du ønsker å bruke, trykk **Neste**. Om du ønsker å benytte en annen app, trykk på **Konfigurer manuelt**. Veiledning for manuell konfigurasjon vil ikke bli gitt her.

 **Godkjenningsapp**

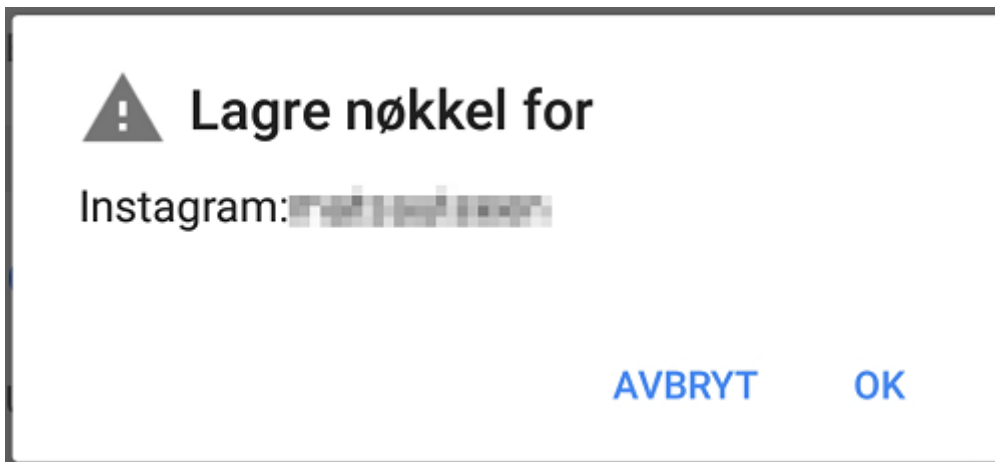
## Hent koden din fra Google Authenticator

Hvis du vil bruke totrinnsverifisering med en app, trykker du deg til neste skjermbilde og kopierer koden som appen din genererer. Dette er bekräftelseskoden din. Gå tilbake til Instagram når du har kopiert koden.

**Neste**

[Konfigurer manuelt](#)

Instagram vil så bli lagt til i appen du har for totrinnsbekreftelse.



### Steg 6

Du vil så bli bedt om å skrive inn koden som vises i appen. Bytt til totrinns-appen uten å gå ut av oppsettet i Instagram, finn koden, bytt tilbake til Instagram, og skriv den inn.

← Bekreftelseskode

## Oppgi kode

Oppgi den 6-sifrede koden som ble generert av godkjenningssappen din.

— — — — —

Neste

1	2	3	—
4	5	6	┌
7	8	9	⊗
,	0	.	✓

## Ferdig

Om du skrev inn koden riktig får du beskjed om at totrinnsbekreftelse er blitt aktivert. Når du har trykket **Ferdig**, vil du få se gjenopprettingskodene som Instagram har generert for deg. Skriv ned disse kodene og oppbevar dem på et trygt sted. Dersom du mister mobilen din, eller av en annen grunn mister muligheten til å godkjenne med totrinnsbekreftelse, kan gjenopprettingskodene brukes for å komme seg inn på kontoen din.

## Gjenopprettingskoder

Hvis du mister telefonen eller ikke kan motta en kode via tekstmelding eller en godkjenningsapp, kan du bruke disse kodene for å logge inn på kontoen din igjen. Lagre dem på et trygt sted.

Hver kode kan kun brukes én gang. Du kan få nye koder hvis du er bekymret for at dette settet har blitt stjålet, eller hvis du allerede har brukt mange av dem.



[Skjerm bilde](#) • [Hent nye koder](#)

## Veiledning for totrinnsbekreftelse med tekstmelding

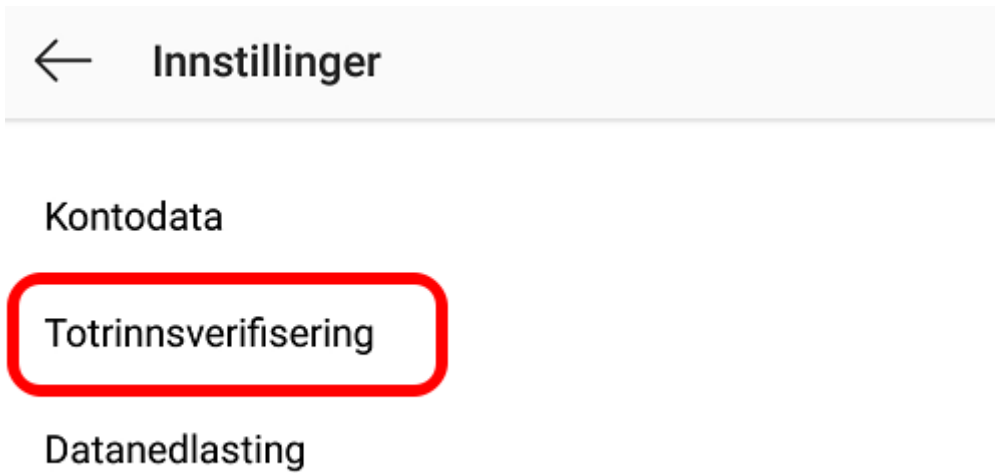
(De første 3 stegene er de samme for totrinnsbekreftelse med app og med tekstmelding)

### Steg 1

Gå inn i innstillingene i Instagram-appen. Trykk på person-ikonet (👤), så på hamburgermenyen (☰), og deretter på **Innstillinger**.

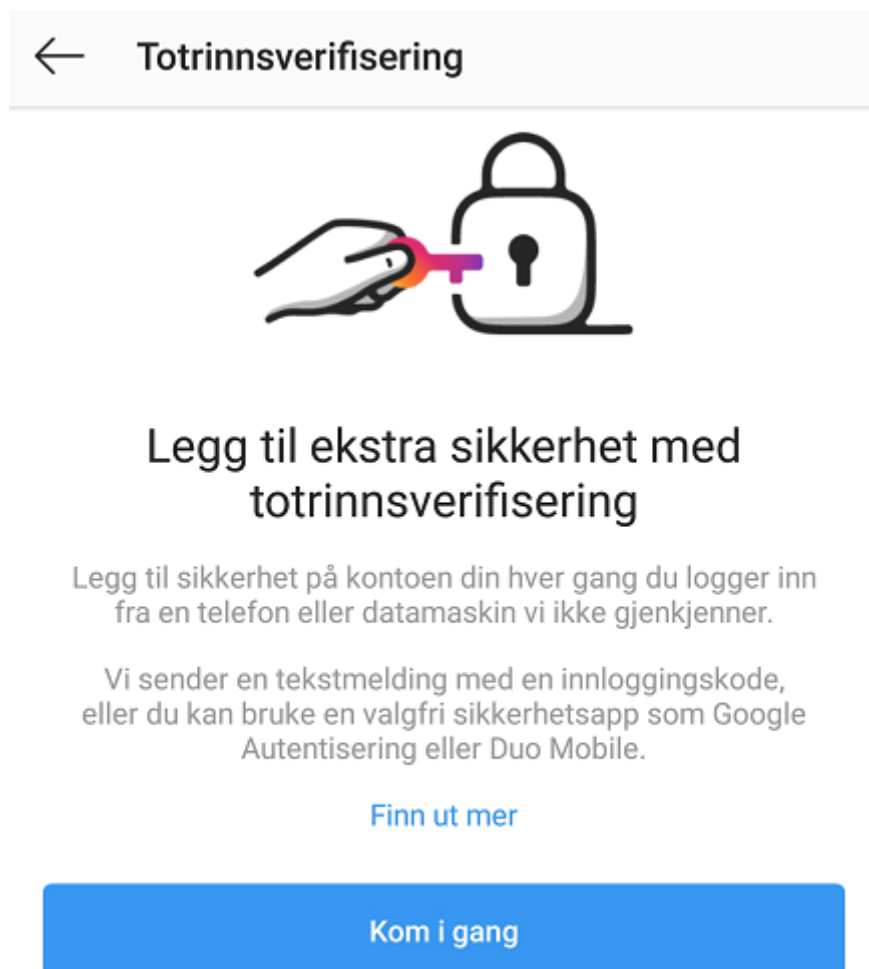
### Steg 2

Under innstillingene, velg **Personvern og sikkerhet**, og så **Totrinnsverifisering**.



### Steg 3

Dersom du ikke allerede har aktivert totrinnsbekreftelse, vil du komme til en side lik bildet under. Trykk på **Kom i gang** for å starte.



### Steg 4



Du må så velge hva slags type totrinnsbekreftelse du vil ha. Denne delen av veiledningen dekker totrinnsbekreftelse med tekstmelding.

## Velg sikkerhetsmetode

Velg om du vil ha sikkerhetskoden når vi må bekrefte at det er du som logger inn. [Finn ut mer](#)

### Totrinnsverifisering

#### Tekstmelding

Vi sender en kode til nummeret du velger.



#### Godkjenningsapp

Vi sjekker om du har en. Hvis du ikke har det, anbefaler vi en du kan laste ned.



### Steg 5

Dersom du allerede har lagt til telefonnummeret ditt i Instagram slipper du dette steget. Om du ikke har lagt til telefonnummer, vil du bli bedt om å legge det til.

### Steg 6

Det vil bli sendt en engangskode til deg på SMS. Skriv inn denne koden og trykk **Neste**.

← Bekreftelseskode

## Oppgi kode

Skriv inn den 6-sifrede koden vi sendte til nummeret ditt som slutter på 9371, for å fullføre konfigurasjonen av totrinnsverifisering.

— — — — —

Neste

[Send koden på nytt](#) • [Endre telefonnummer](#)

1	2	3	—
4	5	6	└
7	8	9	⊗
,	0	.	✓

## Ferdig

Om du skrev inn koden riktig får du beskjed om at totrinnsbekreftelse er blitt aktivert.

Sist oppdatert: 24. september 2019

*Informasjon fra Nettvett.no er hentet fra flere kilder. Nettvett.no vurderer informasjon før publisering, men Nettvett.no kan ikke holdes ansvarlig for skade eller tap som kan oppstå som følge av ukorrekt, manglende eller utilstrekkelig informasjon.*