



Vårdprogram - riskbruk av alkohol



Riskbruk av alkohol definieras som intag av >14 standardglas/v för män >9/v för kvinnor eller intensivkonsumtion >4 respektive >3 glas vid ett tillfälle.

Bakgrund

En stor grupp svenskar (ca 1 miljon) har riskbruk, eller missbruk/skadligt bruk utan beroende eller beroende utan sociala problem. De söker ej vård för detta men har påtagligt förhöjd risk för skadliga konsekvenser. De har svårt att navigera fram till adekvat hjälp.

I denna grupp finns det stora antalet problem och de största kostnaderna.

Alkoholkonsumtion inverkar på ett stort antal tillstånd ex: hypertoni, värkproblematik, magproblem, depression, psykisk ohälsa, sömnstörningar, cancer, återhämtning efter operation och interagerar med många läkemedel.

Korta insatser (enkla råd, rådgivande samtal) är lika effektiva som mer omfattande vid måttligt beroende och har effekt på sjuklighet, sjukhusdagar, sjukskrivningsdagar.

Läkemedelsbehandling

I [Läkemedelsboken](#) finner du bra och saklig information om vilka alternativ som finns.



Hur kan man tala med patienter om alkohol:

1. Alkoholcentrering (Screening) dvs.. Lära sig ta en bra alkoholanamnes genom att systematisk ställa frågor om alkoholvanor. "Kliniska blicken" inte tillräcklig. Uppmärksamma patienten om risker och att effektiv behandling finns.

En kurs, i hur man tar en alkoholanamnes, gjord av "Alkoholmottagningen Riddargatan 1" [finner du här](#) (kursen tar ca. 10 minuter)

2. Patientcentrering, dvs. utgå från patientens agenda, från patientens aktuella diagnos/besvär. Informera om att alkohol kan bidra till problemet.

Resonera om individuell känslighet, varierar stort i varje organsystem.

Erbjuda "halveringstestet" 3-4 veckor (halvera intaget 3-4 veckor sedan återbesök) t.ex. vid hypertoni.

En film som visar ett rådgivande samtal om alkohol. Filmen är gjord av Socialstyrelsen och innehåller även frågor för reflektion och diskussion. Filmen är uppdelad i fyra avsnitt. [Här startar du filmen >>](#)

Frågeinstrument och stöd till hjälp för kartläggning av riskbeteende:

- Här i Jämtland har vi taget fram ett webbaserat screeninginstrument som bygger på Socialstyrelsen nationella riktlinjer för levnadsvanor. Testet ger ett underlag för samtal med patienter. Se det här på levnadsvanor.nu
- [AUDIT](#)
- [DUDIT](#)
- [Standardfrågor](#)
- [15-metoden](#) - En ny modell för alkoholbehandling

Stödresurser

Här finner du en förteckning över [regionens stödresurser](#)



Socialstyrelsen nationella riktlinjer

- [Bruk av alkohol hos gravida](#)
- [Riskbruk av alkohol hos ung vuxen](#) (18-29 år)
- [Riskbruk av alkohol hos vuxen](#)