

# Fem skäl att prata alkohol med din patient

# 1. Patienter förväntar sig frågor om levnadsvanor



# Varför prata om alkohol?

Ca 1 miljon människor i Sverige beräknas ha en riskfylld alkoholkonsumtion.

Ca 25 % av patienter inom somatisk sjukhusvård behandlas för tillstånd som orsakats i relation till högkonsumtion eller missbruk av alkohol.

Ca 20 % av specialistpsykiatrins patienter har ett aktivt missbruk.

# Om vi pratar alkohol...

Tidig upptäckt kan med förhållandevis små insatser innebära en förändring av riskabla alkoholvanor

Minst tre fjärdedelar av alla som utvecklar ett riskbruk klarar att förändra sina dryckesvanor utan att söka specialistvård

## 2. Riskabel alkoholkonsumtion är vanligt!

16-84 år: 2 av 10 män och 1 av 10 kvinnor

16-29 år: 1 av 3 unga män 1 av fyra unga kvinnor

Sedan 1996 har svenskarnas genomsnittliga alkoholkonsumtion stigit med ungefär 14 %.

# 3. Stora konsekvenser av alkoholöverkonsumtion

**Sjukdomar:** Ett drygt 30-tal olika sjukdomar är direkt orsakade av alkohol och för mer än 200 sjukdomar spelar alkohol en större eller mindre roll (Rehm et al, 2010).

**Olyckor:** Alkohol ligger bakom 35 % av männens respektive 26 % av kvinnornas sjukdomsörda till följd av olyckor, skador och våld i Sverige. (Socialstyrelsen: Folkhälsorapport 2009)

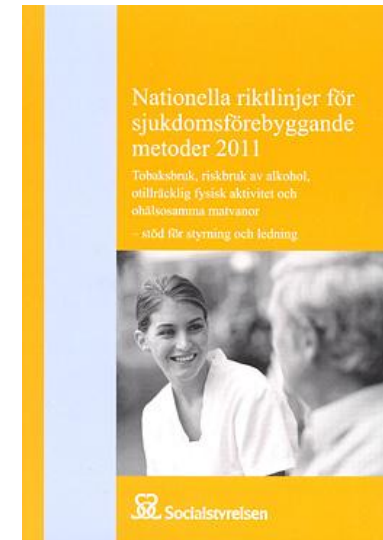
**Dödsfall:** 2010 dog cirka 32 män per 100 000 invånare och cirka åtta kvinnor per 100 000 invånare i alkoholrelaterad dödlighet. (Socialstyrelsen (2011). Dödsorsaker 2010.)

**Kostnader:** Samhällskostnaderna för alkoholrelaterad ohälsa beräknades för 2002 till 29 miljarder kronor. (Centrum för socialvetenskaplig alkohol- och drogforskning (SoRAD))

# 4. Nationella riktlinjer ger oss stöd

## Sjukdomsförebyggande metoder

- Tobaksbruk
- Riskbruk av alkohol
- Otillräcklig fysisk aktivitet
- Ohälsosamma matvanor



# 5. AUDIT

Konsumtionsfrågor






Alkoholberoende

Problem/skador/  
konsekvenser

## AUDIT

Här är ett antal frågor om Dina alkoholvanor. Vi är tacksamma om Du besvarar dem så noggrant och ärligt som möjligt genom att markera det alternativ som gäller för Dig.

Med ett "glas" menas:

 50 cl folköl    
  33 cl starköl    
  1 glas rött el vitt vin    
  1 litet glas starkvin    
  4 cl eprit, ex. whisky

Hur gammal är du? <input type="text"/> år	Man <input type="checkbox"/>	Kvinna <input type="checkbox"/>				
1. Hur ofta dricker Du alkohol?	Aldrig <input type="checkbox"/>	1 gång i månaden eller mer sällan <input type="checkbox"/>	2-4 gånger i månaden <input type="checkbox"/>	2-3 gånger i veckan <input type="checkbox"/>	4 gånger/vecka eller mer <input type="checkbox"/>	
2. Hur många "glas" (se exempel) Dricker Du en typisk dag då Du dricker alkohol?		1 - 2 <input type="checkbox"/>	3 - 4 <input type="checkbox"/>	5 - 6 <input type="checkbox"/>	7 - 9 <input type="checkbox"/>	10 eller fler <input type="checkbox"/>
3. Hur ofta dricker Du sex sådana "glas" eller mer vid samma tillfälle?	Aldrig <input type="checkbox"/>	Mer sällan än en gång i månaden <input type="checkbox"/>	Varje månad <input type="checkbox"/>	Varje vecka <input type="checkbox"/>	Dagligen eller nästan varje dag <input type="checkbox"/>	
4. Hur ofta under det senaste året har Du inte kunnat sluta dricka sedan Du börjat?	Aldrig <input type="checkbox"/>	Mer sällan än en gång i månaden <input type="checkbox"/>	Varje månad <input type="checkbox"/>	Varje vecka <input type="checkbox"/>	Dagligen eller nästan varje dag <input type="checkbox"/>	
5. Hur ofta under det senaste året har Du låtit bli att göra något som Du borde för att Du drack?	Aldrig <input type="checkbox"/>	Mer sällan än en gång i månaden <input type="checkbox"/>	Varje månad <input type="checkbox"/>	Varje vecka <input type="checkbox"/>	Dagligen eller nästan varje dag <input type="checkbox"/>	
6. Hur ofta under senaste året har Du behövt en "drink" på morgonen efter mycket drickande dagen innan?	Aldrig <input type="checkbox"/>	Mer sällan än en gång i månaden <input type="checkbox"/>	Varje månad <input type="checkbox"/>	Varje vecka <input type="checkbox"/>	Dagligen eller nästan varje dag <input type="checkbox"/>	
7. Hur ofta under det senaste året har Du haft skuld känslor eller samvetsförebåelser på grund av Ditt drickande?	Aldrig <input type="checkbox"/>	Mer sällan än en gång i månaden <input type="checkbox"/>	Varje månad <input type="checkbox"/>	Varje vecka <input type="checkbox"/>	Dagligen eller nästan varje dag <input type="checkbox"/>	
8. Hur ofta under det senaste året har Du druckit så att Du dagen efter inte kommit ihåg vad Du sagt eller gjort?	Aldrig <input type="checkbox"/>	Mer sällan än en gång i månaden <input type="checkbox"/>	Varje månad <input type="checkbox"/>	Varje vecka <input type="checkbox"/>	Dagligen eller nästan varje dag <input type="checkbox"/>	
9. Har Du eller någon annan blivit skadad på grund av Ditt drickande?	Nej <input type="checkbox"/>	Ja, men inte under det senaste året <input type="checkbox"/>	Ja, under det senaste året <input type="checkbox"/>			
10. Har en släkting eller vän, en läkare (eller någon annan inom sjukvården) oroat sig över Ditt drickande eller antytt att Du borde minska på det?	Nej <input type="checkbox"/>	Ja, men inte under det senaste året <input type="checkbox"/>	Ja, under det senaste året <input type="checkbox"/>			

Översatt och bearbetat av prof. Hans Begeman, Karolinska Institutet, Stockholm

Har Du besvarat alla frågor? - Tack för Din medverkan!