



Alkohol

Tema grupp : Alkoholprevention

Syfte med temagrupper är att: sprida kunskap och erfarenhet inom temagruppen samt till hela HFS-nätverket.



HFS

Alkohol och äldre

Temagrupp: Alkoholprevention



Rök och alkoholfri operation

Tema grupp : alkohol &
tobaksprevention



Stöd för implementering

Rådgivande samtal

Till hälso- och sjukvården och tandvården

För vuxna

- Erbjud stöd till vuxna som har ett riskbruk av alkohol – i första hand **rådgivande samtal** – och prioritera framför allt vuxna med särskild risk för allvarlig sjukdom eller försämrat tillstånd på grund av alkoholbruket och vuxna som ska opereras (se *Prioritera så här nedan*).



HFS

Nätverket Hälsofrämjande hälso- och sjukvård

Standard för utbildning Rådgivande samtal om alkohol

Målet med fortbildningen - Lärandemål

Medarbetare ska efter avslutad fortbildning känna sig trygga med att kunna lyfta frågan kring alkohol, genomföra identifiering av ett eventuellt riskbruk alkohol samt genomföra ett rådgivande samtal kring alkohol.

Medarbetare ska efter avslutad fortbildning känna sig trygga i de olika momenten, allt från identifiering av ett eventuellt riskbruk, till genomförande av ett rådgivande samtal kring alkohol, hur dokumentationen ska genomföras samt veta vart de hänvisa patienten vidare för ytterligare stöd och/eller behandling vid behov.

Målgrupp

Målgruppen för fortbildningen är de medarbetare som i sin dagliga verksamhet har patientkontakt

Utbildningens omfattning

½ dag till 1 dags utbildning rekommenderas, men utbildningens längd anpassas utifrån de förutsättningar som finns.

Innehåll i fortbildningen

Nedan följer förslag på innehållspunkter i fortbildningen. Innehållet anpassas utifrån de förutsättningar som finns och utifrån den målgrupp som är aktuell.

1. Alkohol – inledning kring ämnet

Det här är alkohol

Därför behöver hälso- och sjukvården jobba med alkoholfrågan

Definitioner av glas alkohol, riskbruk och riskbruksnivåerna

Folkhälsoenkät nationell HLV (Hälsa på lika villkor) siffror nationellt/sjukvårdsregionalt och lokalt

2. Alkoholens påverkan på hälsan

Alkohol och hälsa

Individuell känslighet

Dosberoende

Lågriskkonsumtion

3. Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor.

Det här är Socialstyrelsens Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor.

De olika rådgivningsnivåerna för alkohol, enkla råd samt rådgivande samtal.

Det här är de av Socialstyrelsen prioriterade grupperna samt ev egna regionala prioriterade grupper

Beskriv vad hälso- och sjukvården bör erbjuda patienter som identifierats med ett riskbruk av alkohol

4. Identifiering

Så här ska/kan hälso- och sjukvården identifiera ett riskbruk av alkohol hos vuxna med särskild risk och vuxna inför operation;

Rådgivande samtal

Nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor – prevention och behandling

Nationellt system för kunskapsutveckling Hälso- och sjukvård
 Nationellt vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor – prevention
 Nationellt programområde (NPO) för levnadsvanor
 Kontaktperson: Kertine Bergström, processledare, Kertine.Bergstrom@hfs.se

Alkohol – kortversion

Uppmärksamma

Fråga, bedöm och erbjud stöd till förändring

Åtgärda

Råd och stöd till förändring utifrån rekommenderad åtgärd

DOKUMENTERA

UPPMÄRKSAMMA

Inled samtal om alkohol med ett be om lov att utforska personens alkoholkonsumtion.

- Dina alkoholkonsumtion kan ha betydelse för din hälsa (sjukdom/tillstånd) och hur du preterar en stund om dina alkoholkonsumtion

Utgå från frågorna och använd standardglas för beräkning av alkoholkonsumtion samt för att förstå uppfattning om personens alkoholkonsumtion. Dokumentera.

Hur ofta dricker du alkohol?

☐ Aldrig (tylls ej i följande frågor)

☐ 1 gång i mån eller mer sällan

☐ 2-4 gånger i månaden

☐ 2-3 gånger i veckan

☐ 4 ggr per vecka eller mer

Hur många standardglas dricker du en vanlig vecka?

☐ < 1 standardglas/vecka

☐ 1-4 standardglas/vecka

☐ 5-9 standardglas/vecka

☐ 10-14 standardglas/vecka

☐ 15+ standardglas/vecka

Alternativt: standardglas/vecka

Hur ofta dricker du 4 (kvinnor) eller 5 (män) standardglas eller mer vid ett och samma tillfälle?

☐ Aldrig

☐ Mer sällan än en gång/månad

☐ Varje månad

☐ Varje vecka

☐ Dagligen eller nästan varje dag

Risikobruk kan även uppmärksammas med hjälp av AUDIT eller AUDIT-C.

Bedöm personens alkoholkonsumtion – risikobruk för friska vuxna

Konsumtion mer än 9 standardglas/vecka alternativt 4 standardglas eller mer vid samma tillfälle.

Minst mer än 14 standardglas/vecka alternativt 5 standardglas eller mer vid samma tillfälle.

Även konsumtion under risikobruksgrensarna kan i vissa sammanhang medföra ökad risk, exempelvis vid graviditet, inför operation eller vid hög ålder.

ÅTGÄRDA

Återkoppla och diskutera resultatet av bedömningen med personen. Vid risikobruk av alkohol, ställ öppna frågor och utgå från personens tankar och funderingar:

- Vad känner du till om hur dina alkoholkonsumtion kan påverka din hälsa (sjukdom/tillstånd)?
- Är det okej att jag berättar om hur dina alkoholkonsumtion kan påverka din hälsa (sjukdom/tillstånd)?
- Vad skulle kunna få dig att fundera på att ändra dina alkoholkonsumtion?

Enkelt råd KVÄ-kod DV121

Kan ges av den som uppmärksammet risikobruk av alkohol. Komplettera gärna med skriftlig information, exempelvis patientbroschyr eller digital information från www.1177.se. Erbjud rådgivande samtal. Dokumentera.

	V1	V2	V3
Måndag			
Tisdag			
Onsdag			
Torsdag			
Freitag			
Lördag			
Söndag			
Totalt:			



Du kan även registrera på papper eller i en app.

Idag definieras risikobruk som

- 10 eller fler standardglas i veckan
- eller
- 4 eller fler standardglas vid ett och samma tillfälle (en gång per månad eller oftare)

Det finns många förändringar som du själv kan göra för att minska ditt alkoholkonsumtion.

Här är några tips:



Grundmaterial för att skapa en broschyr om rådgivande samtal kring alkohol

Möte med äldre personer med
riskbruk i kombination med
/ofrivillig ensamhet

DIGTIMME

Hälsosamt åldrande



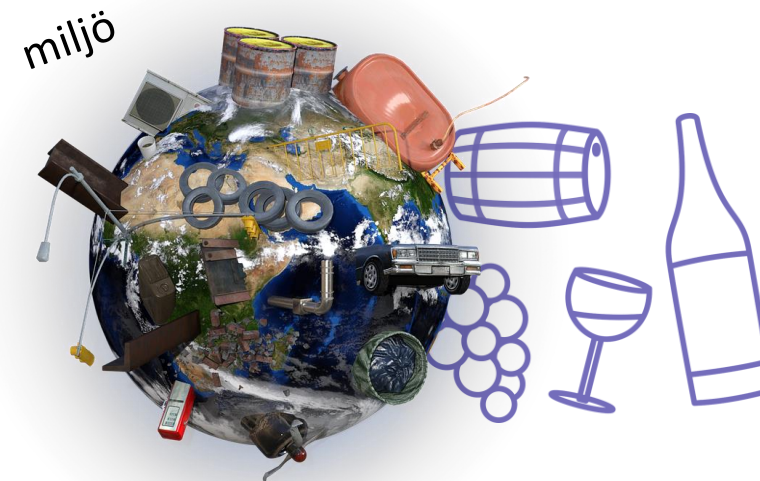
*Hälsofrämjande förhållningssätt i
möten med patienter*



Vuxna med särskild sårbarhet är en grupp som är
särskilt sårbara för ohälsosamma levnadsvanor och
bör prioritera för behandling.



*Underlätta hälsofrämjande och
förebyggande insatser utifrån
behov*



Omvärldsspaning

Framtidsspaning

Hur kommer samsjuklighetsutredningen påverka
arbetet ute i våra regioner

Utredningen föreslår att ansvaret för behandling av
skadligt bruk och beroende helt ska överföras till
regionernas hälso- och sjukvård och ges samordnat med
andra psykiatriska tillstånd.

Socialtjänstens huvuduppdrag ska vara de sociala
stödinsatserna. Förslaget innebär ett stegvis införande
under flera år.