

Att bredda basen för behandling av alkoholproblem

Sven Andréasson
Beroendecentrum Stockholm
Karolinska institutet, inst. för folkhälsovetenskap

Hur ska alkoholproblem behandlas?

✧ Kommunikationsforskning:

Hur ser människor med alkoholberoende på sitt drickande – och vilken hjälp vill de ha?

✧ Epidemiologi:

Hur ser prevalensen av alkoholproblem ut i befolkningen?

✧ Behandlingsforskning:

Vad fungerar för vem?

Synen på alkoholproblem och vård

Bekymrade men accepterar inte vårdens begreppsapparat

Missbruk känns väldigt avlägset och även beroende skrämmer
”Om någon skulle prata om missbruk eller beroende med mig skulle jag stänga av – däremot så har jag ju funderingar om mitt drickande ibland.”

Internet: självhjälp och verktyg

Att internet skulle vara en del av en lösning känns naturligt även för den äldre gruppen

Sjukvården

Många anser, särskilt de något äldre, att läkarmottagningar, vårdcentraler och företagshälsovården är instanser som kan utnyttjas bättre

Läkare och vårdpersonal behöver hjälp och kunskap för att kunna hantera dessa frågor på ett mer målgruppsanpassat sätt.



Internet: Alkoholhjälpen

[Alkoholhjälpen](#)

[Självhjälpsprogram](#)

[Forumet](#)

[Alkohollinjen](#)

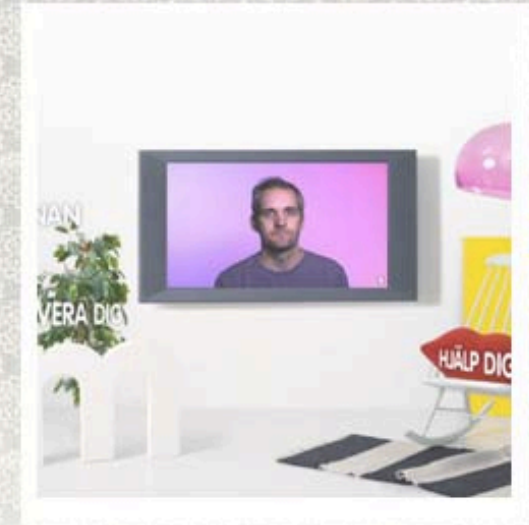
[Alkoholprofilen](#)

Välkommen till Alkoholhjälpen!

Vi har samlat ihop olika bra saker för dig som någon gång har funderat på om du dricker för mycket eller dig som oroar dig för någon annans drickande. För att spara sådant som du själv skriver eller för att skriva inlägg på forumet behöver du logga in. Du skall inte ange din e-post adress eller på annat sätt identifiera dig.

Alkoholhjälpen är självhjälp. Det innebär att du själv ansvarar för hur du använder den information som finns här. Samtidigt som många människor har förändrat sin situation genom att använda självhjälpsmaterial så kan vi inte garantera att det är rätt för dig. Om du behöver en professionell bedömning av din situation eller känner att du behöver mer stöd så rekommenderar vi att du kontaktar beroendevården. Du kan [kontakta oss](#) eller ringa Alkohollinjen för råd om var du kan vända dig.

/magnus



Nyheter

Nu har vi kompletterat vår nyhetsbevakning med twitter. Tipsa oss gärna om bra twittrare.

[Till nyheter](#)

Vad säger användarna?

Jag hade inga jättestora problem med alkoholen, men drack ofta och dagefter-tröttheten påverkade mitt liv...

[Mer kommentarer](#)

Grupp på facebook

Alkoholhjälpen finns även som grupp på facebook. Ett tips är att skaffa ett anonymt konto innan du...

Självhjälpsprogram

Vårt populära självhjälpsprogram med information och övningar för den som funderar på...

Senaste foruminlägg

[Alkoholist... - Aracks](#)

6 november 2011, 13:44

Ska börja gå på AA:s möten. Idag har de slutet träff. Vet ej om man bara kan dyka upp? Måste få hjälp att sluta dricka. Dricker alldeles för mycket och gör det varje dag. Dessa förbaskade vinboxar. Man har ingen koll. Och så gör jag dumma saker mot min sambo och vänner. Känns inte bra. Gör sådant ja...

[Läs mer](#)

Epidemiologin: Alkoholproblem i Sverige

Antal beroendekriterier

5-7 (1%)

Komplexa Vårdbehov

15 000

Beroende med sociala problem

35 000

3-4 (3%)

Beroende utan sociala problem

250 000

1-2 (19%)

Missbruk/skadligt bruk

300 000

Riskbruk

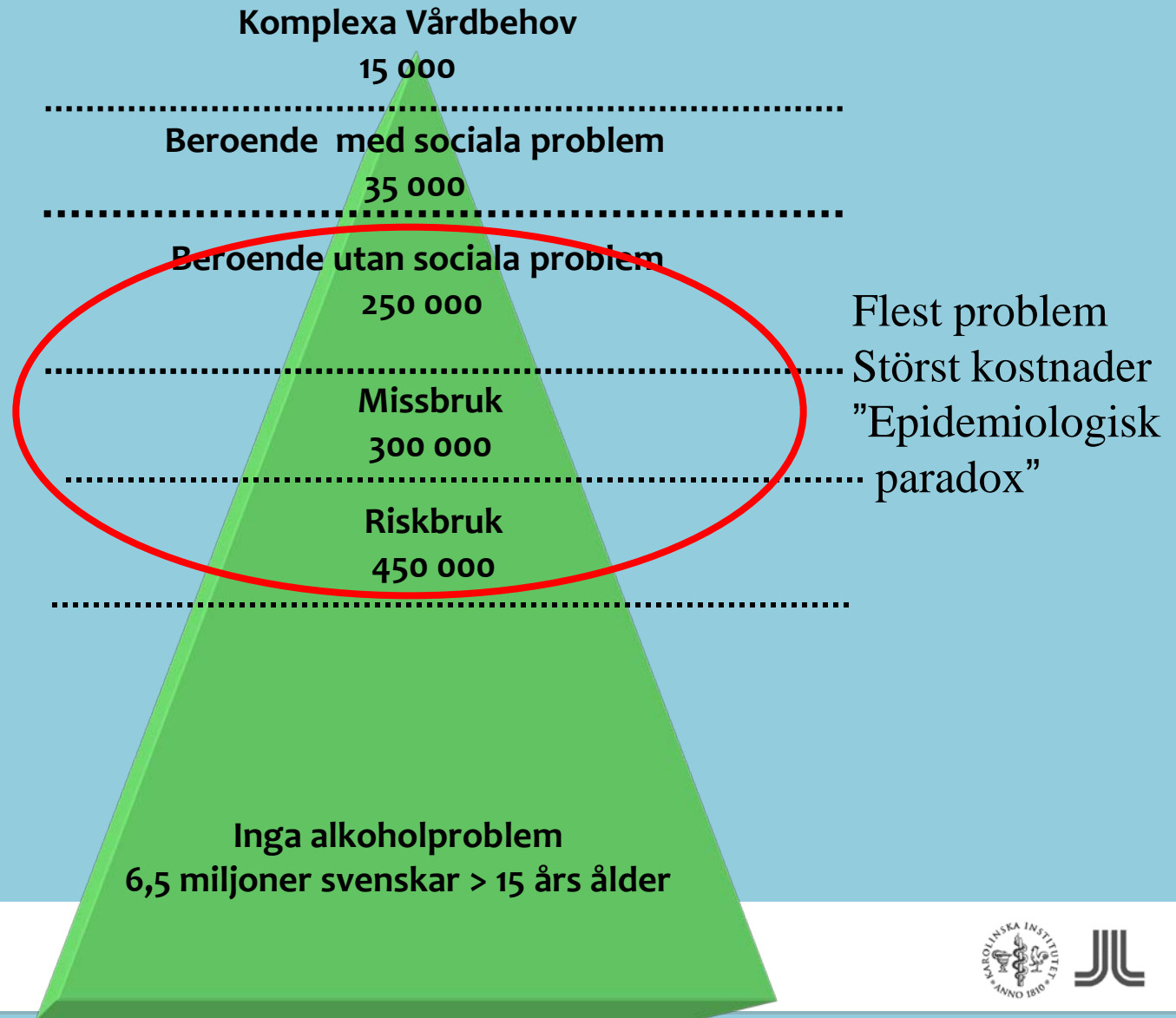
450 000

0 (77%)

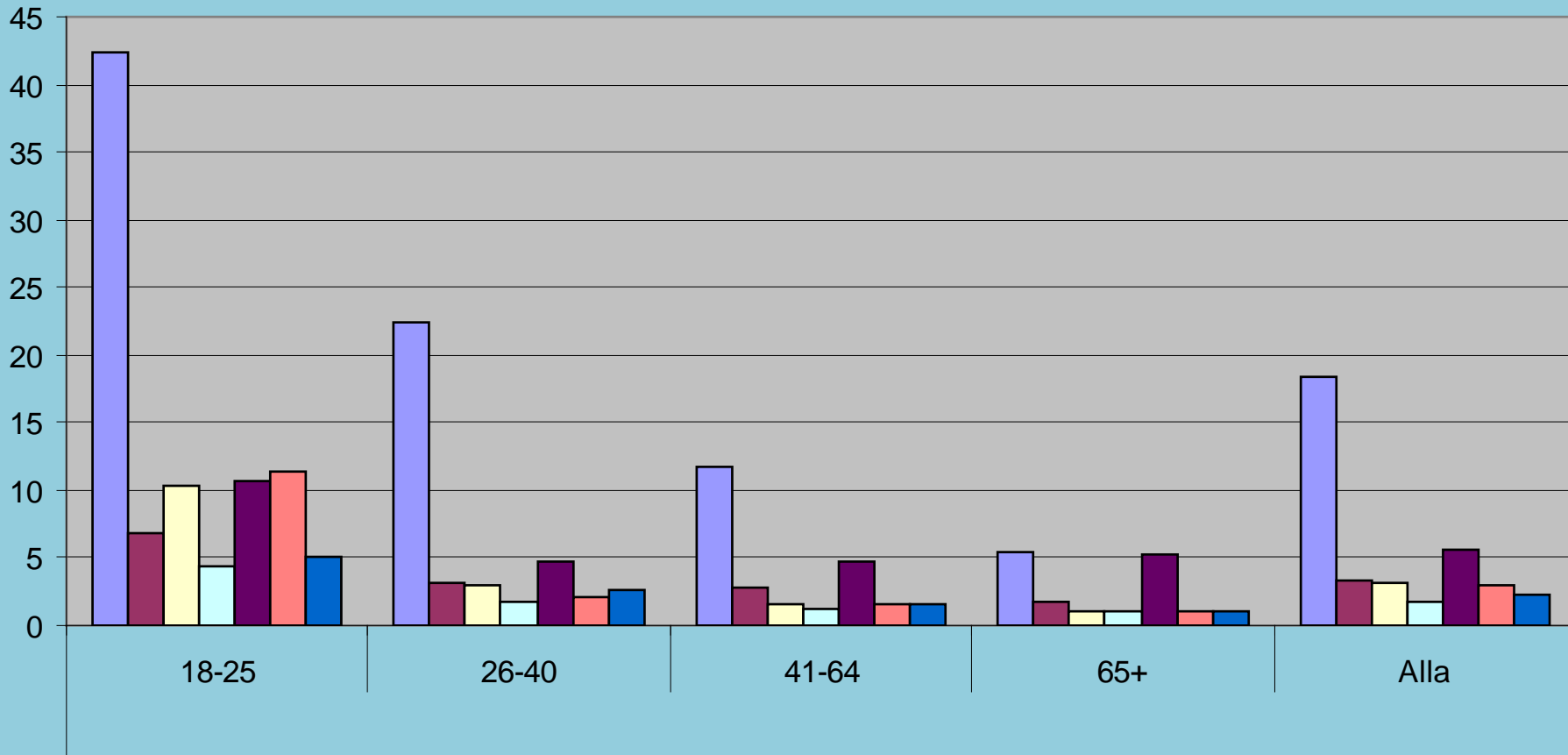
Inga alkoholproblem
6,5 miljoner svenskar > 15 års ålder

Aktuella inom
Missbrukar- eller
beroendevården

Alkoholproblem i Sverige



Alkoholberoende vanligast bland unga människor



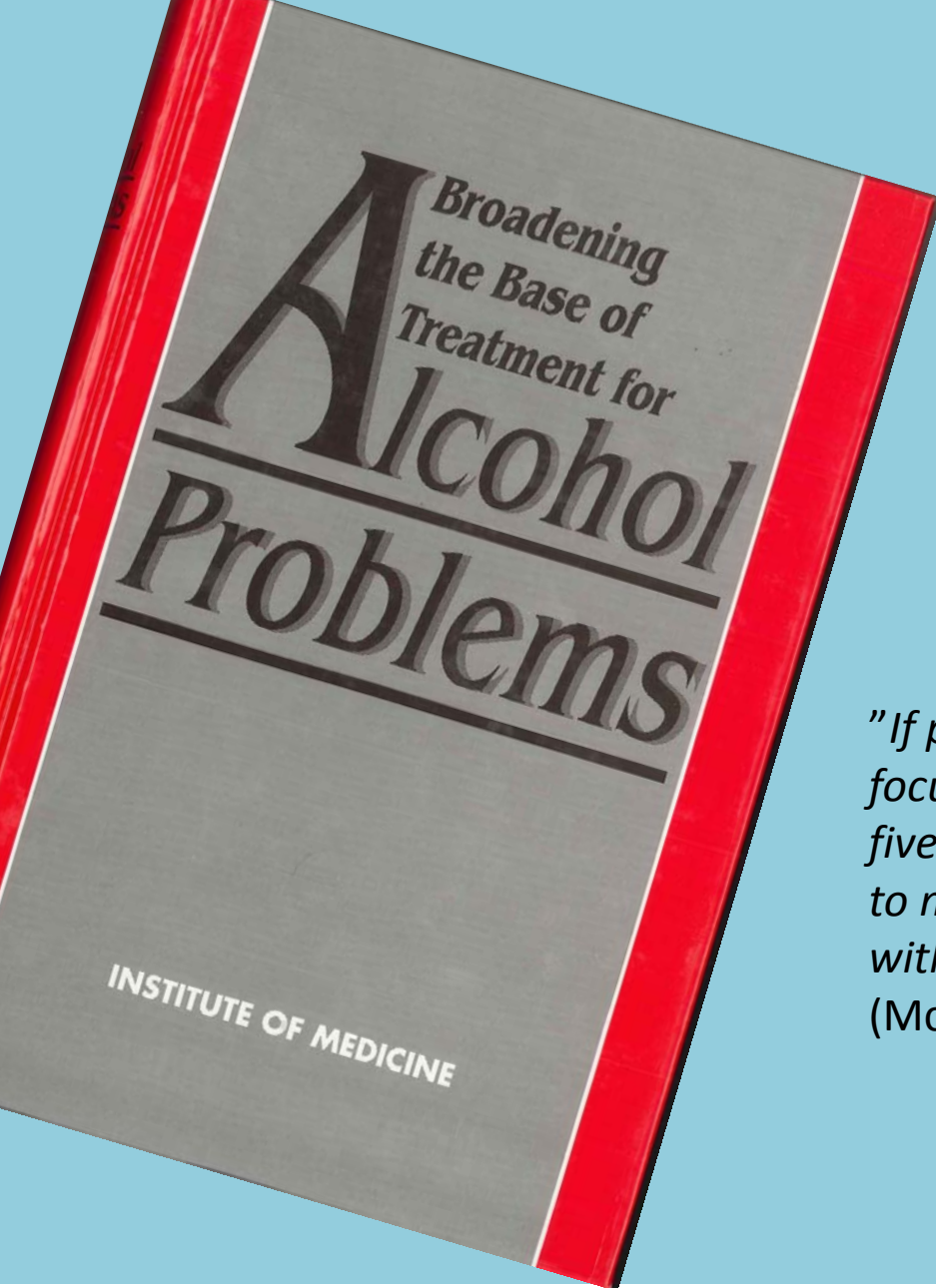
- 1. Druckit mer än avsett
- 2. Försökt minska ner
- 3. Ägnat mycket tid
- 4. Gjort avkall på andra aktiv
- 5. Försatt dricka trots problem
- 6. Tolerans
- 7. Abstinens

Alkoholberoende och bakgrundsfaktorer

Sociala faktorer:

- flertalet med beroende ej ensamboende
- inget samband mellan utbildning och beroende
- stora flertalet med beroende har arbete

→ Men för de med 5-7 beroendekriterier ses klara samband med konsumtion och sociala faktorer



En bredare bas Inom vården

"If policymakers and researchers could focus on only one issue in the coming five years, the most critical is the need to more fully blend addiction treatment with primary care and other medical services."
(McCarty, 2009).

Alkoholberoende bör behandlas i primärvården och företagshälsovården

1. Alkoholberoende är vanligt

Jämförbart med depression, diabetes och astma;
tillstånd som inte enbart kan behandlas på specialistkliniker
⇒ första linjens sjukvård

2. Alkoholberoende kan behandlas effektivt i primärvård och företagshälsovård

Behandlingsforskning

Behandling av alkohol- och narkotikaproblem

En evidensbaserad kunskapssammanställning

Volym I

- **Finns flera effektiva behandlingsmetoder för alkoholproblem**
- **Korta insatser lika bra som mer omfattande vid måttligt beroende**

SBU – Statens beredning för medicinsk utvärdering
The Swedish Council on Technology Assessment in Health Care

SEN FOR
ALKOHOL OCH HÄLSA



Begränsad behandling effektiv

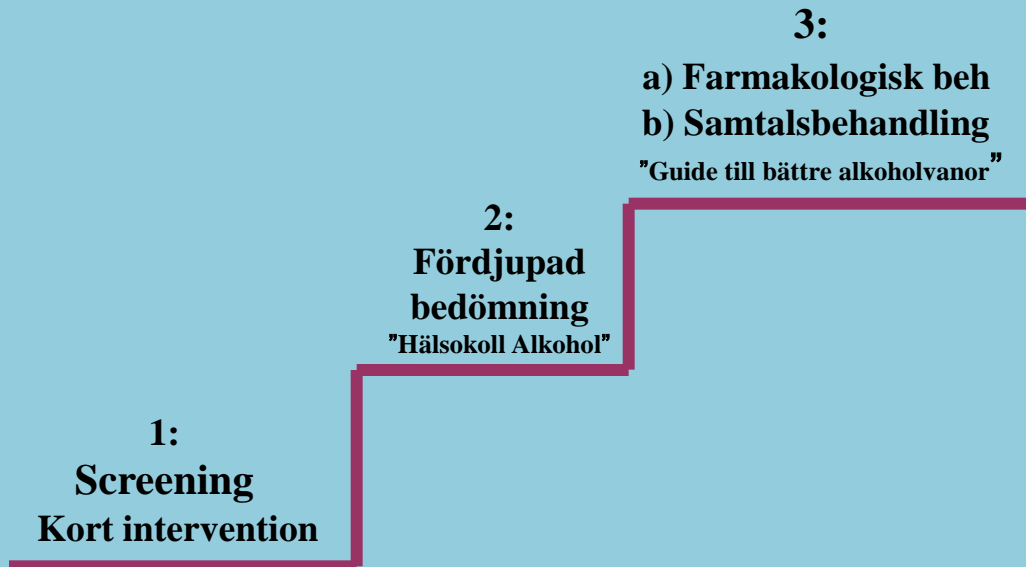
- Provtagning med feed-back och rådgivning
- 3-4 samtal (15 min) med motivationsinriktning
- Självhjälp/biblioterapi

Biblioterapi: behandlingseffekt likvärdig eller större än omfattande behandling för patienter med måttlig problemtyngd

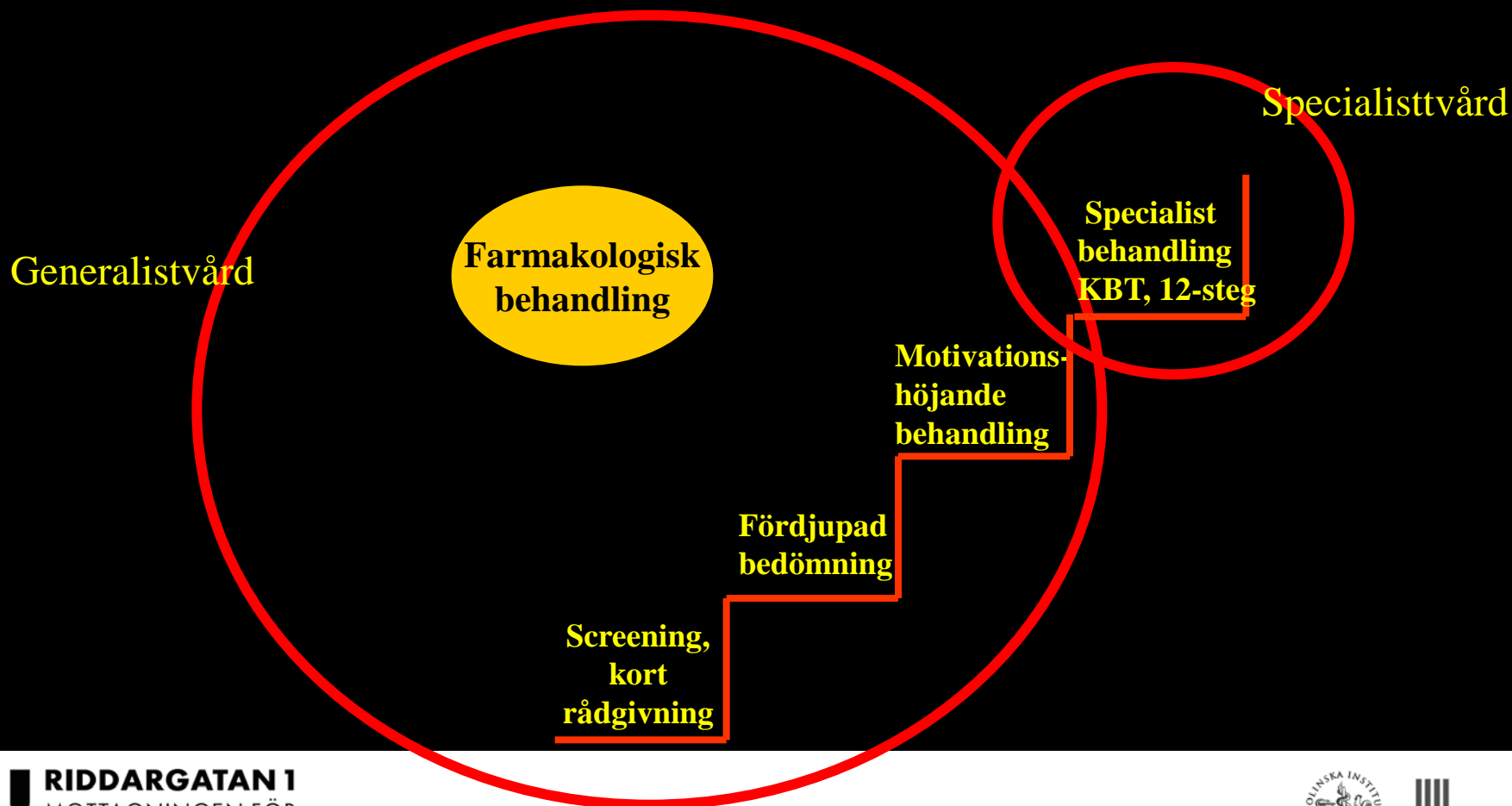


15-metoden

- Över 15 poäng på AUDIT
- Behandling genom 15 min-besök



Ny arbetsfördelning i behandlingen av alkoholproblem



Hur ska alkoholproblem behandlas?

★ Konklusion:

behandlingssystemet behöver förändras

- bli mer tillgängligt/attraktivt
- enkla behandlingsprotokoll för icke specialister

OM OSS BEHANDLING FAKTA OM ALKOHOL OCH KROPPEN FRÅGOR OCH SVAR
AKTUELLT KONTAKT

Välkommen till Riddargatan 1

Om du känner att du borde dricka mindre eller avstå helt, är du välkommen till oss på Riddargatan 1. Idag har över 100 000 stockholmare problem med alkohol. De flesta är som vem som helst, människor med både jobb, bostad, familj och ett gott socialt liv, långt ifrån bilden av en person med alkoholproblem. Men även den med måttliga problem kan behöva hjälp att ändra sina alkohol(o)vanor. På Riddargatan 1 vänder vi oss i första hand till dig som inte har andra sociala hjälpbehov, men behöver hjälp och stöd att dricka mindre. Så att du kan få kontroll över alkoholen. Istället för tvärtom.



AKTUELLT

Ny mottagning för vanliga människor

Den 9 september slår portarna upp på den nya alkoholmottagningen Riddargatan 1, mitt i centrala Stockholm. Grannar till mottagningen är Stureplan och gräddan på Östermalm.

[Läs mer](#)

HÄLSA

Hur påverkas din kropp?

För den som dricker sig berusad och dessutom gör det för ofta, är risken stor att drabbas av en alkoholrelaterad sjukdom. Även om du i första hand inte ser alkoholen som ett hälsoproblem kan det vara bra att veta att kroppen påverkas. [Läs mer](#)



BEHANDLING

Hur går behandlingen till?

Till att börja med tar vi tillsammans reda på hur ditt alkoholproblem ser ut, genom att du får svara på ett antal frågor. Behandlingen utformas sedan utifrån vilken hjälp du behöver och vill



VANLIGA FRÅGOR OCH SVAR

Hur vet jag om jag dricker för mycket?

Många som dricker för mycket känner på sig att det inte enbart är positivt med drickandet, men fortsätter då vanans makt är stor. Man kan gärna

