

## Standard för utbildning Rådgivande samtal om alkohol

### Målet med fortbildningen - Lärandemål

Medarbetare ska efter avslutad fortbildning känna sig trygg 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 trygg 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;

*De nationella identifieringsfrågorna kring alkohol kan komma att förändras men ser ut så här just nu på det nationella kliniska kunskapsstödet.*

1. Hur ofta dricker du som är man 5 standardglas eller mer och du som är kvinna 4 standardglas eller mer vid ett och samma tillfälle?

Aldrig  
Mer sällan än en gång per månad  
Varje månad  
Varje vecka  
Så gott som dagligen

2. Hur många standardglas brukar du dricka en vanlig vecka? Antal..... standardglas

När det gäller gravida och unga under 18 år räknas all alkoholkonsumtion som ett riskbruk. Identifiering sker genom att fråga om dessa patienter konsumerar alkohol .

### 5. Råd om alkohol

Så här går ett enkelt råd om alkohol till

<b>1.Fråga om alkoholvanor</b>	Hur ser dina alkoholvanor ut? Hur många tillfällen dricker du alkohol under en vecka? Vad känner du till om hur alkohol kan påverka din hälsa?	<i>Rekommenderas till att patienter där det är relevant dvs där konsumtionen kan ha ett samband/påverkan på diagnos/symptom eller behandling</i>  <i>Undersök nuläge och journalför svaren</i>
<b>2.Ge rådet att minska med alkoholen utifrån relevans och visa på vinsterna</b>	Känner du till att din alkoholkonsumtion kan påverka....? Är det ok att jag berättar lite? I samband med operation bör du göra ett alkoholuppehåll 4-8 veckor innan och gärna en tid efter	
<b>3.Undersök motivationen</b>	Hur tänker du kring att göra en förändring? Det finns stöd om du behöver	<i>Försök få en uppfattning om patientens motivation och vilken form av fortsatt stöd eller åtgärd som passar bäst</i>  <i>Om patienten har motivation till förändring – hänvisa till egenvård och t ex 1177, Alkohollinjen 020-84 44 48 eller Alkoholprofilen.se</i>
<b>4.Hjälp till</b>	Skulle det vara ok att försöka halvera din konsumtion under en period (4 veckor)	<i>Halveringsmetoden: Patienten rekommenderas halvera sin konsumtion, utan att gå in på aktuell mängd som konsumeras. En halvering upplevs ofta som ett realistiskt mål under en period</i>  <i>Erbjud stöd till vidare behandling i form av rådgivande samtal om alkohol vid behov</i>
<b>5.Följ upp samtalet</b>	Jag noterar i din journal att vi har talat om dina alkoholvanor, så följer vi upp det vid nästa besök. Hur har det gått? Hur tänker du just nu? Har du upplevt någon positiv förändring?	<i>Besökstillfället kodas med KVÅ: DV 121</i>



## 6. *Rådgivande samtal om alkohol*

Socialstyrelsen har tagit fram materialet ”Rådgivande samtal om alkohol – En guide om hur hälso- och sjukvården kan stödja patienter med riskabla alkoholvanor att dricka mindre” som ska användas som grund för samtalet.

Genomgång av de 5 faserna i rådgivande samtal samt fördjupning under respektive punkt;

1. Engagera patienten i samtalet
2. Fokusera på alkoholvanorna
3. Framkalla tal om förändring av alkoholvanorna
4. Locka fram ett åtagande till förändring och en handlingsplan
5. Följa upp samtalet.

## 7. *Dokumentation, KVÅ koder och uppföljning*

Visa på gällande dokumentationsförfarande som är aktuellt för målgruppen. Lyft ev rutin eller motsvarande samt visa på hur dokumentationen rent praktiskt går till.

Lyft Socialstyrelsens KVÅ koder för Enkelt råd – DV 121 samt Rådgivande samtal om alkohol - DV 122 och att dessa används i nationell statistik.

Lyft vikten av att dokumentera samt diskutera kring hur deltagarnas verksamheter kvalitetssäkrar och följer upp arbete generellt med levnadsvanor och framför allt arbetet med alkohol

## 8. *Mer stöd och information*

Lyft fram de alternativ som är aktuella för både medarbetare och patienter att kunna söka mer information samt få mer stöd i alkoholfrågan. Dels det lokala utbudet i form av broschyrer, kontakt med beroendemottagningar med mera, men även det nationella utbudet i form av t ex;

1177 Vårdguiden, [www.1177.se](http://www.1177.se)

Alkohollinjen 020-84 44 48, [www.alkohollinjen.se](http://www.alkohollinjen.se)

Alkoholhjälpen, [www.alkoholhjalpen.se](http://www.alkoholhjalpen.se)

Alkoholprofilen, [www.alkoholprofilen.se](http://www.alkoholprofilen.se)

Om du som medarbetare önskar mer information finns det t ex;

Riddargatan 1, [www.riddargatan1.se](http://www.riddargatan1.se)

### *Alkoholen och samhället*

<https://www.sls.se/om-oss/aktuellt/publikationer/alkoholen-och-samhallet/>

Allebeck P, Andreasson S, Wåhlin S, Ramstedt M, Gripenberg J, Damström-Thakker K, et al.

Alkoholkonsumtion och risknivåer. Kunskapsunderlag och förslag till rekommendationer.

Stockholm: Centrum för epidemiologi och samhällsmedicin, Stockholms läns landsting; 2018.

Rapport 2018:1.

Wåhlin S. Alkohol – En fråga för vården. Upplaga 1:2. Lund: Studentlitteratur; 2012.

Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor. Stöd för styrning och ledning. 2018.

Socialstyrelsen. Nationella riktlinjer för vård och stöd vid missbruk och beroende. Stöd för styrning och ledning. 2019.