

*Tidiga  
interventioner*



## *Tidiga interventioner*

- Termer och begrepp i omlopp
- Genomgång av screeninginstrument AUDIT, DUDIT och DUDIT- E
- Screening och utredning som underlag för bedömning av svårighetsgrad och behandlingsplanering

## *Olika begrepp i omlopp*

Riskbruk/Riskabla vanor  
Överkonsumtion  
Högkonsumtion  
Rekreationsbruk  
Skadligt bruk  
Missbruk  
Tungt missbruk  
Beroende  
Substansbrukssyndrom  
Substansberoende



# *Riskbruk, missbruk och beroende*

## **Riskbruk**

- Alkoholbruk som medför förhöjd risk för skadliga fysiska, psykiska och sociala konsekvenser
- Definieras utifrån konsumtion  
*(mängd alkohol per tillfälle eller per vecka)*
- Inga officiellt antagna riktlinjer för riskbruksgränser

# *Riskbruk, missbruk och beroende*

## **Missbruk och beroende**

Medicinska termer som beskriver konsekvenser av skadligt alkoholbruk

### Beroende

- Antal kriterier = man är starkt biologiskt och psykologiskt beroende av drogen

### Missbruk

- Tar fasta på alkohol eller droganvändningens sociala konsekvenser

## *Alkohol i samhället*

- Vanligt förekommande
- Omgärdat av positiva förtecken
- Ungdomar står för en minskning
- Medelålders (kvinnor) står för en ökning



# Alkoholkonsumtionen i Sverige 2016

Anskaffning av alkohol i befolkningen som helhet, 15 år och äldre, för perioden 2001–2016 och bland ungdomar mellan åren 2012 och 2016.

## Den totala konsumtionen

- 2016 på en något lägre nivå jämfört med både 2015 och 2014 (*9,04 liter ren alkohol per invånare 15 år och äldre jämfört med 9,17 under 2015, vilket är en **minskning med drygt 1 %***)
- Skillnaden beror framförallt på en viss minskning av köp av smugglad alkohol i landet. Även den resandeförda alkoholen minskade.
- Under den senaste 10-årsperioden (mellan 2007 och 2016) har den **totala konsumtionen minskat med 8 %**



The logo for the Canadian Institutes of Health Research (CIHR), consisting of the letters 'C.A.N' in a blue, sans-serif font with dots between the letters.A background image showing a close-up of two hands, one palm up and one palm down, in a dark, moody setting. The hands appear to be holding or releasing something, with a soft light source from the left creating highlights on the skin.

# UNGA DRICKER MINDRE ALKOHOL

**JONAS RANINEN**  
forskare, CAN

<https://youtu.be/Rrp90Q0SkZE>



# Totalkonsumtionsteorin

Ju högre totalkonsumtion av alkohol desto fler högkonsumenter och desto fler som riskerar att skadas

..kontra

**"Harmreduction"  
eller  
"Skadereduktion"**

# Alkoholfria zoner

Graviditeten  
Uppväxten  
Arbetsplatsen  
Trafiken



## *Är inte vin nyttigt?*

- Stort genomslag i media
- Många studier behäftade med svagheter
- De positiva effekterna på hjärta, kärl och diabetes II rör äldre personer och en låg, jämn mängd
- Samma effekter kan uppnås med kost och motion
- **Alkohol kan aldrig rekommenderas som medicin**

*Vi hör vad vi vill höra.....*

## HAGBARD HANDFASTE



## Alkohol i ett livsperspektiv

	Grupp 1 Inga tecken	Grupp 2 Alkoholberoende
20 år		
50 år		
65 år		

% = andel vid liv

G Ågren, FHI



## *Skattningar från Missbruksutredningen*

700 000 har en **riskabel alkoholkonsumtion**

330 000 har ett **alkoholberoende**

80 000 har en **riskabel konsumtion av narkotika**

29 500 har ett **tungt missbruk av narkotika**

65 000 har ett **läkemedelsmissbruk**

10 000 använder **dopingpreparat** frekvent

*Statistiken är inte heltäckande trots många källor*

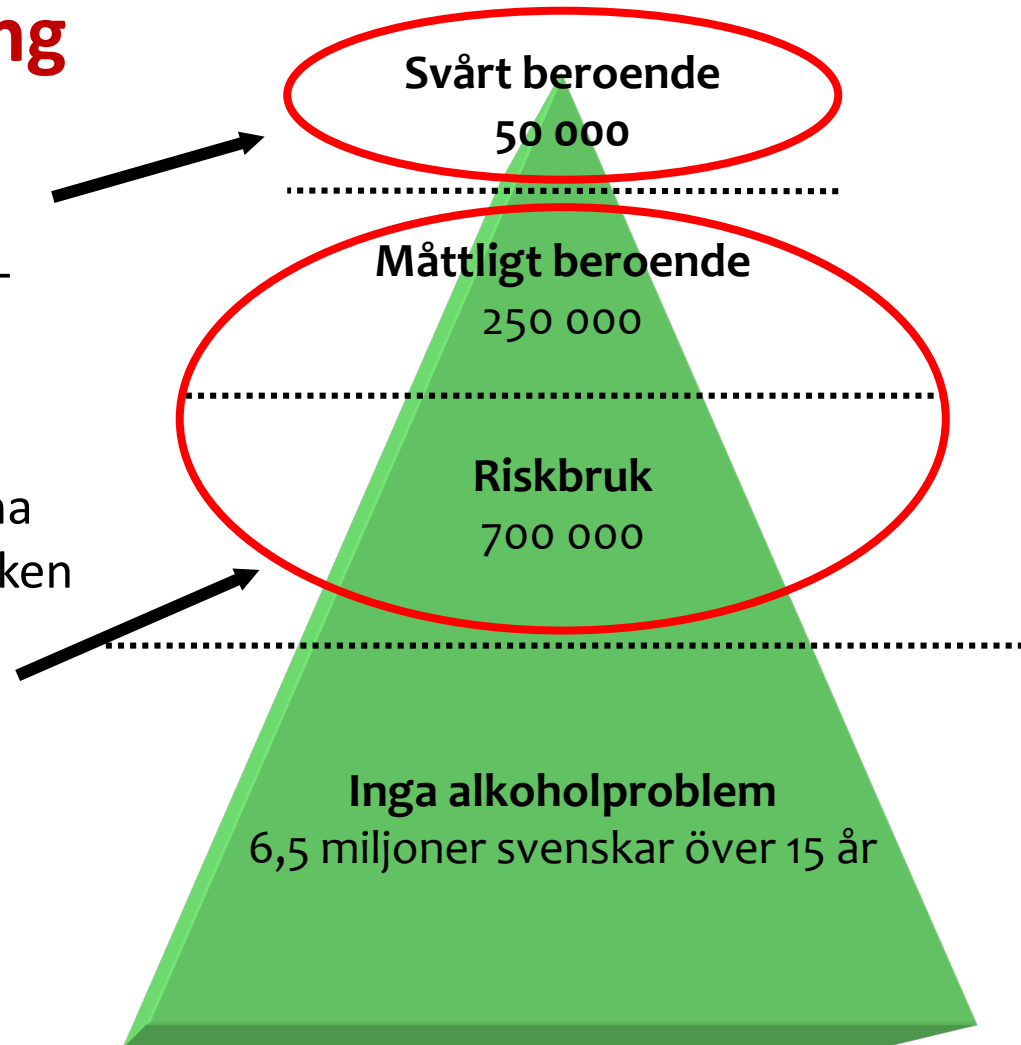
- **FoHM** – befolkningsenkät
  - **Socialstyrelsen** – slutenvårdsregister
- **CAN** – skolundersökningar och telefonintervjuer
- Skattningar av antal personer med beroende av narkotika ofta med flera myndighetskontakter
  - **Case finding**
- Andra lokala skattningar

# Behovet av screening

Utan screening kommer bara svårt beroende att identifieras – fel målgrupp för tidiga insatser!

Majoriteten av problemdrickarna saknar typiska symtom eller tecken på alkoholproblem

- höga leverprover
- hög ansiktsfärg
- ”psykosocialt strul”





## Standardglas



50cl  
folköl



33 cl  
starköl



1 glas rött  
eller vitt vin  
(10-15cl)



1 litet glas  
starkvin  
(8 cl)



4 cl sprit  
t ex whisky

12 gram alkohol i varje av dessa glas

- Ett glas motsvarar en **liten starköl** (33 cl), **ett glas vin** (10-15 cl) eller en **drink/shot på 4 cl sprit**
- En starköl på en halvliter (50 cl) motsvarar 1,5 glas
- En flaska sprit (70 cl) innehåller 18 glas
- En flaska vin (75 cl) innehåller 5-6 glas
- En bag in box (3 l) innehåller 20-24 glas

# Vad är riskbruk?

Kvantitet, frekvens och dryckesmönster

**Mängdmått:**

> 9 glas/vecka



> 14 glas/vecka



# *Intensivkonsumtion*

Kvantitet, frekvens och dryckesmönster

**Mängdmått:**

> 3 glas vid ett och samma tillfälle



> 4 glas vid ett och samma tillfälle



**Riskbruk =**  
Intensivkonsumtion  
1 gång/mån eller oftare

# AUDIT






## Alcohol Use Disorder Identification Test

(WHO)

### 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 sprit, t. ex. whisky
<b>Hur gammal är du?</b> <input type="text"/> år		<b>Man</b> <input type="checkbox"/>		<b>Kvinna</b> <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 <i>sex</i> sådana "glas" eller <i>mer</i> 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 Bergman, Karolinska Institutet, Stockholm

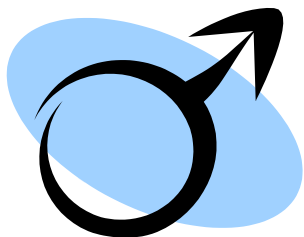
Har Du besvarat alla frågor? - Tack för Din medverkan!

## *Skärningspunkter AUDIT*



**6 p** = Riskabla alkoholvanor

**14 p** = Troligt missbruk



**8 p** = Riskabla alkoholvanor

**16 p** = Troligt missbruk

## *Nackdelen med att räkna glas*

- Tappar kopplingen till måndet!
- Frikortskänsla..
- Lätt att stoppa ett samtal med den här typ av checklistor.

## *Fördjupa samtalet*

### **Med AUDIT –E**

- "Så ofta dricker jag följande alkoholhaltiga drycker:"
- "Vad är positivt för dig med att använda alkohol?"
- "Vad är negativt för dig med att använda alkohol?"
- "Hur tänker du kring alkohol?"

### **Med ASI (*Addiction severity index*)**

- För personer med påtagligt missbruk/beroende
- Kräver utbildning


# DUDIT

## Drug Use Disorder Identification Test

### DUDIT

Drug Use Disorders Identification Test

Här är ett antal frågor om droger. Vi är tacksamma om du svarar så noggrant och ärligt som möjligt genom att markera det alternativ som gäller för dig.

	<input type="checkbox"/> Man <input type="checkbox"/> Kvinna	Ålder <input type="text"/>			
1. Hur ofta använder du andra droger än alkohol? (Se droglistan på baksidan.)	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. Använder du fler än en drog vid ett och samma tillfälle?	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"/>
3. Hur många gånger tar du droger under en typisk dag då du använder droger?	0 <input type="checkbox"/>	1 - 2 <input type="checkbox"/>	3 - 4 <input type="checkbox"/>	5 - 6 <input type="checkbox"/>	7 eller fler <input type="checkbox"/>
4. Hur ofta blir du kraftigt påverkad av droger?	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. Har du under senaste året upplevt att din längtan efter droger varit så stark att du inte kunnat stå emot?	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. Har det hänt att du under senaste året inte kunnat sluta ta droger 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"/>
7. Hur ofta under senaste året har du tagit droger och sedan låtit bli att göra något som du borde ha 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"/>
8. Hur ofta under senaste året har du behövt ta någon drog på morgonen	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"/>



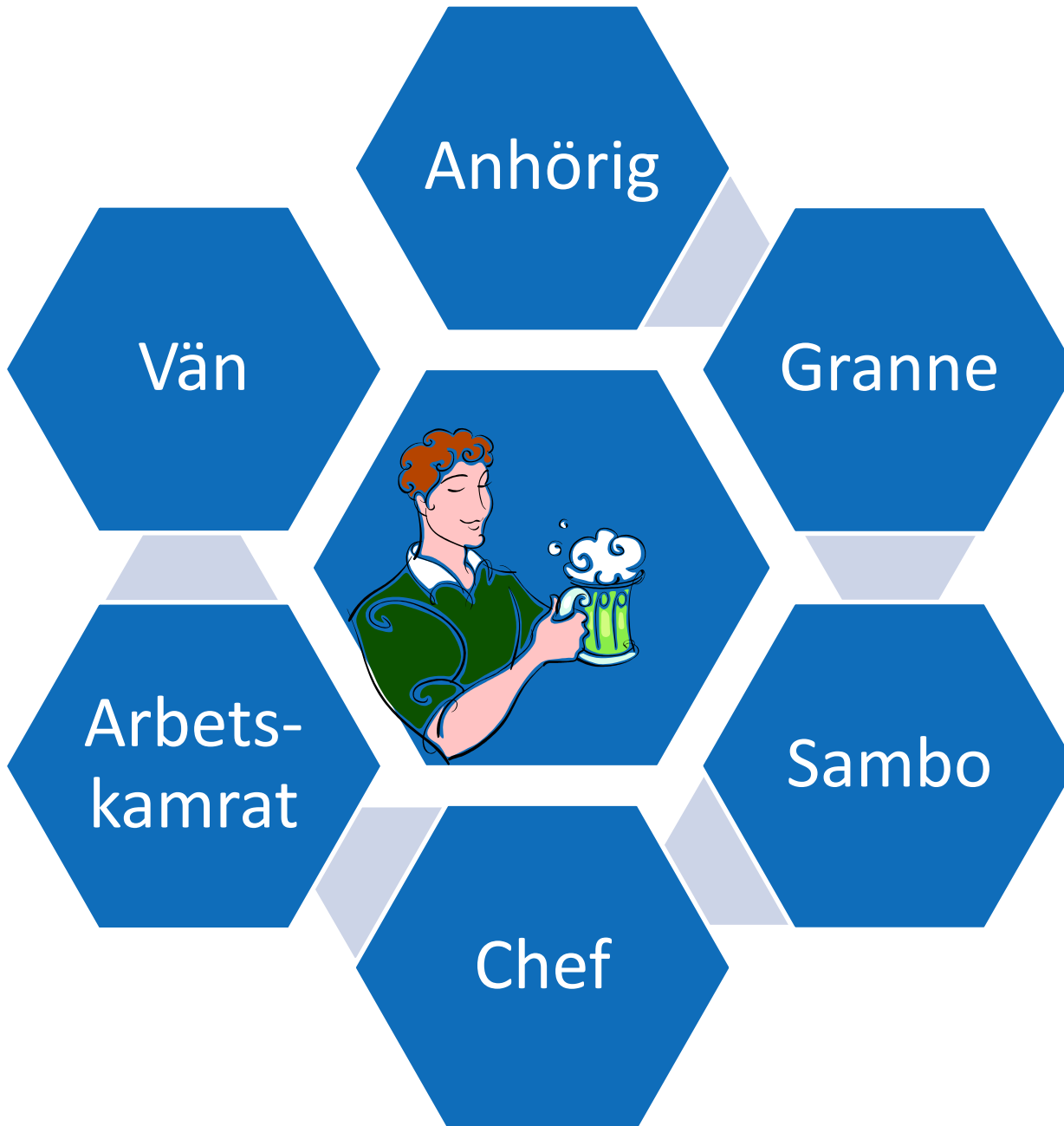
## *Fördjupa samtalet*

### **Med DUDIT –E**

- "Så ofta använder jag följande substanser:"
- "Vad är positivt för dig med att använda droger?"
- "Vad är negativt för dig med att använda droger?"
- "Hur tänker du kring droger?"

### **Med ASI (*Addiction severity index*)**

- För personer med påtagligt missbruk/beroende
- Kräver utbildning





*Var kommer ett samtal om alkoholvanor in?*

## **”Varför frågar du det?”**

- Det frågar vi alla..
- Man vet att en förhöjd konsumtion..
- Annat.. Vad?
  
- (De här frågorna behöver inte vara så laddade!)

## Vuxna med riskbruk av alkohol

*Vuxna med ett riskbruk av alkohol har kraftigt förhöjd risk för sjukdom, sänkt livskvalitet och förtida död.*

**Hög genomsnittlig konsumtion, men sällan dricker en större mängd alkohol vid ett och samma tillfälle**

= ökar risken dels för **kroniska skador på kroppen** (såsom leverskador och olika former av cancer), dels för **psykiska störningar** och **sociala problem**

**Mestadels dricker en större mängd alkohol vid ett och samma tillfälle**

= ökar risken för dels **akuta effekter** (såsom olycksfall, våld och sociala problem), dels **psykiska störningar**

## *Vuxna med riskbruk av alkohol*

Riktlinjerna behandlar följande åtgärder vid riskbruk av alkohol hos vuxna:

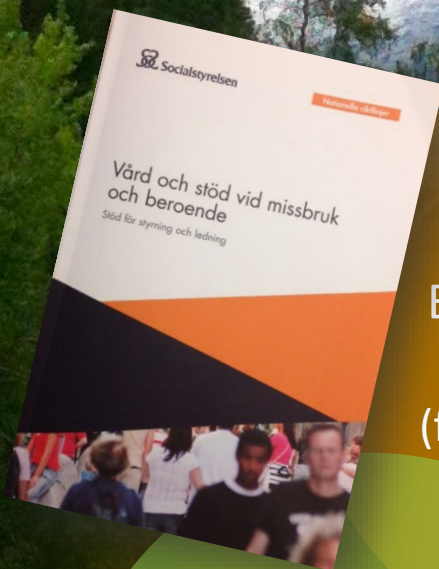
- *rådgivande samtal*
- *rådgivande samtal med särskild uppföljning*
- *kvalificerat rådgivande samtal*
- *webb- och datorbaserad rådgivning*

## *Värt att fundera på..*

- Varför dricker du själv alkohol?
- Skulle du kunna prata om dina alkoholvanor med någon professionell?
  
- Använd inte egna vanor som måttstock
- ”Måttlig konsumtion” – i relation till vad?



# Bedömning och val av insats – en sammanvägning



Bästa tillgängliga kunskap  
(forskning/evidens)

Den professionelles expertis

Brukarens situation,  
erfarenheter  
och önskemål

EBP

Vad finns att tillgå?

Systematisk dokumentation  
för uppföljning !

Kontextuella faktorer



## *De flesta kommer inte till vård/behandling*

- Man vet inte vart man kan vända sig
- Det finns ingen mottagning där man bor
- Socialtjänsten uppfattas inte som rätt instans
- Missbruks/beroendevården känns inte lockande
- Den traditionella vården riktar sig till en äldre grupp
- Man söker vård men för andra symtom
- Majoriteten vill "klara sig själv"

## *Alternativ behövs – några finns*

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

- har ca 500 besök per dag. Sidan "Hjälp dig själv" är populärast

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

- Högkonsumenter i ålder 18-35 år är största gruppen.
- Drivs av Systembolaget

**Alkohollinjen 020-84 44 48**

- Ca 60 % ringer för egna problem. Av dessa var drygt 40 % kvinnor.
- (Medelvärde AUDIT : 23 p för män och 22 p för kvinnor)

[www.anhorigstodet.se](http://www.anhorigstodet.se)

*Glöm inte barnen!*



# FÖRÄLDRAR I MISSBRUKS- OCH BEROENDEVÅRDEN

En kartläggning för att stärka barn- och föräldraperspektivet

- 53 % ensamstående
- 82 % hade egen eller delad vårdnad
- 8 % av barnen i familjehem
  
- 32 % är oroliga för sina barn
- 53 % vill prata om barns behov
- 56 % vill prata om sitt föräldraskap

