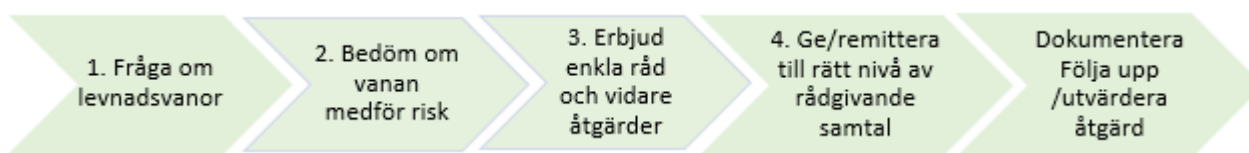


Alkohol



Kom ihåg att du kan skicka hem frågor om levnadsvanor inkl. alkohol till individen inför besök via **formulär från journalen**.

1. Fråga om alkoholvanor

- Hur ser dina alkoholvanor ut?
- Använd gärna Audit C (tre frågor) som stöd för att fråga om, och identifiera, riskbruk av alkohol.

Använd bild på standardglas i samtal med patient.

2. Bedöm om alkoholvanorna medför risk

- Riskbruk föreligger om en man dricker ≥ 14 standardglas/vecka eller en kvinna dricker ≥ 9 standardglas/vecka.
- Riskbruk föreligger även vid intensivkonsumtion dvs om en man dricker ≥ 5 standardglas och kvinna ≥ 4 standardglas vid samma tillfälle minst 1 ggr/månad.
- Allt bruk hos barn och unga, i samband med graviditet, bilkörning och i arbetslivet innebär riskbruk och nolltolerans gäller i dessa situationer/sammanhang.



3. Erbjud enkla råd och vidare åtgärder (KVÅ-kod DV121)

- Enkla råd rekommenderas utgöra en del av bedömningssamtalet och bör kunna ges på alla nivåer av hälso- och sjukvården.
- Ges till alla patienter där det är relevant, det vill säga där alkoholkonsumtionen kan ha ett samband/påverkan på diagnos/symptom el. behandling. Information ska ges om samband samt effekten av att dricka mindre. Definition av riskbruk kan vara till stöd i samtalet.
- Utforska patientens motivation erbjud vidare åtgärder som rutin vid riskbruk eller över.

4. Ge/remittera till rådgivande samtal (KVÅ-kod DV122)

- Rekommenderas till patienter med alkoholkonsumtion över riskbruksnivå eller som använder alkohol för att hantera andra problem som smärta, ångest, nedstämdhet, sömnproblem.
- Det rådgivande samtal ska genomföras med utgångspunkt från patientens aktuella problem/hälsotillstånd/situation.
- Föreslå patienten att försöka halvera sin konsumtion under 4 veckor då en halvering upplevs av många som ett uppnåeligt mål under en period. Kallas "halveringsexperimentet".
- Om rådgivande samtal ej leder till önskad minskning av konsumtionen kan individen behöva ytterligare stöd. Ungefär en tredjedel av högkonsumenterna har ett utvecklat beroende, varav de flesta (ca 75 %) har ett lindrigt till måttligt beroende.
- Om din verksamhet inte kan erbjuda stöd till förändring remittera/hänvisa till primärvårdens hälsoenhet för rådgivande samtal. Vid mer omfattande problematik och samsjuklighet finns möjlighet att remittera till Integrerad missbruks- och beroendemottagningen.

I journalen under **sökord Levnadsvanor/bedömningsinstrument** finns frågorna om alkohol/audit C för stöd till bedömning. Riskbruk enligt Audit C: 5 poäng eller för man och 4 poäng eller mer för kvinnor.

Dokumentera och följ upp/utvärdera åtgärd

- Dokumentera under sökordet Levnadsvanor. Sökordet finns i de flesta journalmallar.
- Dokumentera åtgärder samt åtgärds kod (KVÅ-kod).
- Följ alltid upp ordinerad åtgärd.

Patientmaterial finns på vårdgivarwebben.



Ytterligare stöd och information

Region Kronobergs medicinska riktlinjer: vårdgivarwebben/medicinska_riktlinjer/Levnadsvanor

Alkoholhjälp: alkoholhjalpen.se Alkoholprofilen: alkoholprofilen.se Riddargatan 1:

riddargatan1.se

Webbaserad basutbildning i att arbeta med levnadsvanor finns i komptensportalen och för privata vårdgivare på adressen nedan.

Mer stöd för arbetet med hälsosamma levnadsvanor finns på

vårdgivarwebben/arbetsområden_och_processer/Folkhälsa/levnadsvanor

Med inspiration från Region Skåne