

Förtroende och kunskap gör alkoholsamtal enkelt

SFAM em-Webbinarium 2020-09-03

Sven Wählin
Öl, Beroendecentrum, Stockholm
twitter: @SvenWahlin, mail: sven.wahlin@sil.se

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



1

Del 1 Fakta om alkohol

Riskbruk
Sjukdomars påverkan
Beroende
Labprover

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



2

Problem på olika sätt

Tillstånd	Problem	Vad göra?
Riskbruk	Förhöjd sjukdomsrisik Pat omedveten	Rådgivande samtal
Skadligt bruk	Hälsan har påverkats Pat oftast omedveten	Påvisa samband alkohol-sjukdom
Beroende	Stigma. Problem uppenbara för pat	Erbjud behandling

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



3

15% har riskbruk = Högkonsumtion

Tillstånd	Problem	Vad göra?
Riskbruk	Förhöjd sjukdomsrisik Pat omedveten	Rådgivande samtal
Skadligt bruk	Hälsan har påverkats Pat oftast omedveten	Påvisa samband alkohol-sjukdom
Beroende	Stigma. Problem uppenbara för pat	Erbjud behandling

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



4

4

Riskbruk

Riskbruksbegreppet i Sverige:

- >14 standardglas per vecka för män,
> 9 standardglas per vecka för kvinnor
- ≥ 5 standardglas vid ett tillfälle för män,
≥ 4 standardglas vid ett tillfälle för kvinnor
- Ökad känslighet (medicin, sjukdom, årtfältighet), eller fel situation

Ett standardglas innehåller 12 g 100% alkohol, detta finns i:



5

Riskbruk

Hur stort är ett glas vin?

Standardglas = 12 gram alkohol

Vinets alkoholhalt	Centiliter i ett standardglas	Antal standardglas i en flaska vin (75 cl)
10 %	15 cl	5 glas
12,7 %	12 cl	6 glas
14,2 %	11 cl	7 glas



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



6

Riskbruk

Risk för vad?

Risk = Probability×Consequence

1. Neuropsykiatri (depression, beroende, hjärnskada)
2. Olycksfall och våld
3. Hjärt-kärlsjukdom (stroke)
4. Gastrointestinal sjukdom (inkl. levercirros)
5. Cancer
6. Infektioner

Enligt DALY måttet

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

Källa: WHO. Global status report on alcohol and health 2014



7

**Nytt begrepp:
Lågriskkonsumtion**

3. Även om den allmänna rekommendationen för att minska skador av alkohol är "ju mindre ju bättre" så bedöms friska män och kvinnor generellt ha en **låg risk för skador vid en konsumtion under 10 standardglas alkohol i veckan**.
4. Risken för skador bedöms låg om man intar mindre än **fyra standardglas under ett dryckestillfälle**.

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

8

Riskbruk

Vad är rådgivande samtal?

Exempel:

- Vad är riskbruk (9/14, 4/5)
- Risk för vadå?

- Hur aktuell sjukdom kan påverkas
- Tecken i provsvar (lever)
- Vad tänker du själv om din konsumtion?
- AUDIT

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

9

Skadligt bruk

Tillstånd	Problem	Vad göra?
Riskbruk	Förhöjd sjukdomsrisik <i>Pat oftast omedveten</i>	Rådgivande samtal
Skadligt bruk	Hälsan har påverkats <i>Pat oftast omedveten</i>	Påvisa samband alkohol-sjukdom
Beroende	Stigma Problem uppenbara för pat	Erbjud behandling

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

10

Skadligt bruk

Effekter på DNANedsatt transkription -> **mindre proteinsyntes**Nedsatt replikation -> **mindre cellnybildning**Felaktig replikation -> **mutagena DNA-skador****Klinisk relevans:** sår, fraktur, gastrit, ulcus, osteoporos, hjärnans utveckling före 25 å, hormonbildning, cancerutveckling, etc.RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

11

Skadligt bruk

Effekter på "Stresshormon"

- Noradrenalin

- Adrenalin

- Kortisol

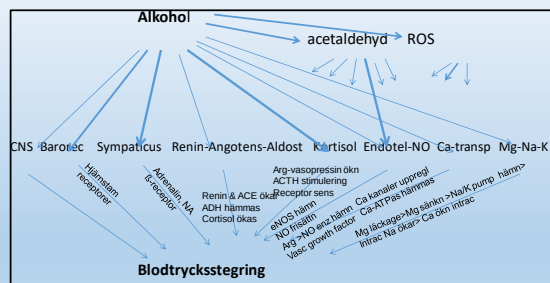
Ökar några timmar efter varje alkoholintag

Mätbart 1-2 –(10) dygn

Klinisk relevans: stress, sömnstörning, smärta, ångest, katabolism, mm.RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

12

Exempel på komplex patogenes



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

Husaini K et al. Alcohol-induced hypertension: Mechanism and prevention. World J Cardiol. 2014;6(3):245-252.
Chen L et al. Alcohol intake and blood pressure: a review. J Hum Hypertens. 2008;22(10):645-652



13

Skadligt bruk

Alkohol påverkar oss olika

Variation i genetik (+ epigenetik) -> olika reaktion:

- Psykisk påverkan
 - Upplevelse (stimulerad/trött)
 - Tolerans (tål mycket/lite)
- Somatisk påverkan
 - Lever
 - Hjärta
 - Blodtryck
 - Hud
 - Colon
 -

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



14

Att lägga sten på bördan



Clipart Of - 1213643

- Utlöser sjukdom
- Förrärrar sjukdom
- Försämrar behandling

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



15

Alkohol kan påverka det mesta

- | | |
|------------------------|-----------------|
| • Blodtryck | • Polyneuropati |
| • Rytmrubbning | • Potens |
| • Kardiomyopati | • Seborré |
| • Diabetes | • Rosasae |
| • Sömn | • Psoriasis |
| • Depression | • Diarré |
| • Ångest | • Lumbago |
| • Minne | • Myalgi |
| • Infektionsbenägenhet | • Cancer |

> 200 diagnoser med fastställda samband

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



16

Skadligt bruk

Hjärt-kärlsjukdom

- Högt blodtryck
 - Alkohol bakom 10-34% av all hypertoni
- Stroke (ffa blödning)
- Rytmrubbningar
 - Förmaksflimmer
- Kardiomyopati –Hjärtsvikt



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



17

Skadligt bruk

Hypertoni och högkonsumtion:

Minska 1 glas/dag -> BT sjunker: 3,3/2,0 mm



Klinisk relevans: alla hypertoniker (10-34 %)

Xin X et al. Hypertension. 2001;38(1):1112-1117

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



18

Skadligt bruk Infektion

Kronisk effekt:

Neutropeni (benmärgsdepression)

Akut effekt: Nedsatt funktion

Makrofager: mobilitet, adhesion, toxinbildning, presentation för T-cell

Monocyter: mobilisering, cytokinbildning, inflammationsmodulering

Granulocyter: mobilisering, fagocytos

Övrigt

Cilieaktivitet minskar

Lysozym, laktoferritin mm minskar

Klinisk relevans: långdragna/frekventa infektioner, svårsläkt sår, etc.



RIDDARGATAN 1

MOTTAGNINGEN FÖR

ALKOHOL OCH HÄLSA



19

Skadligt bruk Hudinfektioner

• Svårsläkt sår

- Infektionsförsvaret
- Proteinybildning
- Näringsbrist
- Cirkulation

• Hud/nagelsvamp

• Rosfeber



RIDDARGATAN 1

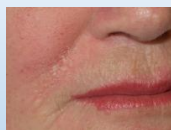
MOTTAGNINGEN FÖR

ALKOHOL OCH HÄLSA



20

Skadligt bruk Hudsjukdom



RIDDARGATAN 1

MOTTAGNINGEN FÖR

ALKOHOL OCH HÄLSA



21

Skadligt bruk Psykiatri: stresshormon

Ökar efter varje alkoholintag:

- Adrenalin
- Noradrenalin
- Kortisol



Mätbart 1-2 dagar efter alkoholintag

Muskeltonusökning mätbar 1 d efter alkoholintag .

Klinisk relevans: sömnstörning, stress, ångest, depression, trötthet, smärttillstånd, etc.

RIDDARGATAN 1

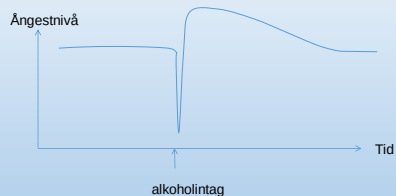
MOTTAGNINGEN FÖR

ALKOHOL OCH HÄLSA



22

Förhöjd ångestnivå



RIDDARGATAN 1

MOTTAGNINGEN FÖR

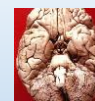
ALKOHOL OCH HÄLSA



23

Skadligt bruk Neurologiska komplikationer

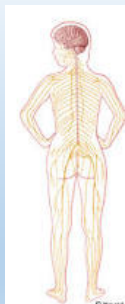
- Epilepsi
 - Sensitisering
 - Trauman
 - Abstinensreaktion



Demenssjukdomar

- Alzheimer
- Vaskulär demens
- Wernicke Korsakow

• Polyneuropatier



RIDDARGATAN 1

MOTTAGNINGEN FÖR

ALKOHOL OCH HÄLSA



24

6,5% av all cancer beror på alkohol

Säkerställda samband:



Sannolika samband:

- Prostata
- Pankreas
- Lungor
- Malignt melanom

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



25

Skadligt bruk

Olycksfall, våld, kronisk smärta

- Fallolyckor pga. balanssvårigheter
- Frakturer pga. benskörhet (Heuberger et al 2009)
- Myalgier – muskelsvaghet
- Ökad smärtkänslighet
- Lumbago
- Våld i nära relationer



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

Beasley M. et al. Pain 2019;160:581-7
Wrangler LS, et al. Scand J Pain 2016;16:111-20

26

Skadligt bruk

Graviditet och foster

- Fertilitet minskar
- Spermiemkvalitet sämre vid ≥ 5 glas/v
- Spontanabort ökar
- Födelsevikt lägre
- FAS/ FASD
- Sämre utbildning och högre arbetslöshet i vuxen ålder



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



27

Sociala skador störst?

- Närstående ("medberoende")
- Barn: 380 000
- "Tredje person"



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



28

"Alkoholfri operation"

Högkonsumenter har fler operationskomplikationer

Meta-analys av 55 studier: →

≥ 2 glas/dag 56 % ökade komplikationer

30 dagar postop RR = 1,56 [CI: 1,31-1,87]

- Alla infektioner: 73 %
- Sårkomplikationer: 23 %
- Lungkomplikationer: 80 %
- Förlängd sjukhusvistelse: 23 %
- Intensivvård: 29 %



Eliassen M et al; Ann Surg. 2013

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



29

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



30

Drabbas alla högkonsumenter?

Funktion	Hur många drabbas?
• Infektionsförsvär	Nästan alla
• Reducerad EF	Varje tredje
• Koagulationstid	Nästan alla
• Lågt protein i sår	Nästan alla
• Op stressrespons	Nästan alla

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



31

Riskerna är reversibla

Funktion	Tid för reversibilitet
• Infektionsförsvär	2-8 veckor
• Reducerad EF	1 månad
• Koagulationstid	1 vecka
• Lågt protein i sår	≤ 2 månader
• Op stressrespons	1-7 veckor

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



32

Har alkohol positiva effekter?

<https://www.svt.se/nyheter/vetenskap/alkoholens-positiva-effekter-ai-ine-ett-glas-vin-nyttigt?omspid=det-tv-20180612-kardfor-alkohol-darfor-ar-ide-ett-glas-i-n-nyttigt-nytt>



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



33

Nej!



The level of alcohol consumption that minimized harm across health outcomes was zero

GBD Alcohol collaboration
Lancet aug 2018

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



34

Biologiska markörer

Ju mer du dricker desto högre värden - men räkna med normala värden

	Referensvärde	<1 glas/d	1-2 glas/d	>2 glas/d
ALAT	<1,1 µkat/L	0,29	0,31	0,38
ASAT	<0,76 µkat/L	0,35	0,38	0,43
GT	<2,0 µkat/L	0,43	0,58	0,79
MCV	82-98 fL	90,2	91,5	92,3

8 708 personer (42 år) i U.S. Nat Health Nutrition Examination Survey 1988-1994

Liangpunsakul S, et al. J Stud Alcohol Drugs. 2010;71(2):249-252

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



35

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



36

En patient som minskar:

	14-08-28	14-09-22	14-11-14	Ref:
	15:09	14:51	11:06	
P-ALAT	0,54	0,34	0,25	<1,1
P-ASAT	0,45	0,37	<0,22	<0,75
P-GT	0,89	0,47	0,12	<2,0

Slutsats: Ofta högkonsumtion om:
-ASAT, ALAT och GT i övre halvan av referensinterval

37

PEth som rutinprov vid hypertoni? Diskutera

- Vid ny hypertoni?
- Vid alla årskontroller?
- Vid 3 BT-läkemedel?
- Vid all sjukskrivn för psyk
- Vid all sjukskrivn > 2 mån?

Podd: SFAMpen:



38

Alkoholberoende

Punktprevalens: 4,5 %
Livstidsprevalens: ca 15 %



Tillstånd	Problem	Vad göra?
Riskbruk	Förhöjd sjukdomsrisik Pat oftast omedveten	Rådgivande samtal
Skadligt bruk	Hälsan har påverkats Pat oftast omedveten	Påvisa samband alkohol-sjukdom
Beroende	Stigma Problem uppenbara för pat	Erbjud behandling

39

Vad är beroende?

ICD-10 kriterierna (DSM IV liknande)

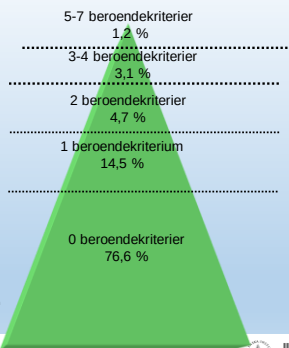
1. **Sug:** Stark längtan eller tvång efter alkohol
2. **Kontrollförlust:** Ex: Dricker mer än man hade tänkt.
3. **Fortsatt bruk trots** kroppsliga eller psykiska problem.
4. **Prioritering av alkohol:** försummar arbete, fritidsintressen, socialt liv.
5. **Toleransutveckling:** Ex: Dricker mer för att få samma effekt (>50%).
6. **Abstinens:** Skakiga händer, svettning, oro.

Tolkning:
Minst 3 av 6 kriterier skall vara uppfyllda under de senaste 12 månaderna

40

Man kan vara mer eller mindre beroende!

28 800 personer



DSM-IV kriterierna:

1. Tolerans
2. Abstinens
3. Dricker mer än avsett
4. Oförmåga att avstå
5. Tar mycket tid
6. Ger upp sociala aktiviteter
7. Fortsatt trots skador

Andersson, et al. Severity of alcohol dependence in the Swedish adult population: Association with consumption and social factors. Alcohol 47 (2013) 25425

41

Alkoholberoende

Prognosen är god

Personer som haft beroende tidigare i livet :

- 25 % fortfarande beroende (≥ 3 kriterier)
- 18,2 % nykterister
- 27,3 % partiell remission (1-2 kriterier)
- 11,8 % riskkonsumtion (men utan beroende)
- 17,7 % lågrisk konsumenter

74,5 % hade inte haft vårdkontakt

Ref: Dawson D, Grant B, Stinson F, Chou P, Huang B, Ruan W. Recovery from DSM-IV alcohol dependence: United States, 2001-2002. Addiction, 2005;100:285-92.

42

Alkoholberoende

Varför söker man inte hjälp?

- Skäms för sig själv
- Nedlåtande bemötande (moralisk svaghet)
- Okunskap om behandling
- Måste sluta dricka helt
- Vården kan inte hjälpa
- Journal
- Anmälan



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



43

Stigma – Akta på dina ord**Undvik:**

- Alkoholist
- Missbrukare
- Etyliker
- Förnekande
- Upptäcka alkoholproblem
- Återfall
- Dold alkoholism
- Dricka för mycket

Välj i stället:

- Alkoholberoende (ICD-10)
- Skadligt bruk (ICD-10)
- Alkoholbruksyndrom (DSM-5)
- Riskbruk
- Alkoholproblem
- Uppmärksamma
- Mer känslig
- Dricka bättre

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



44

Del 2

15-metoden

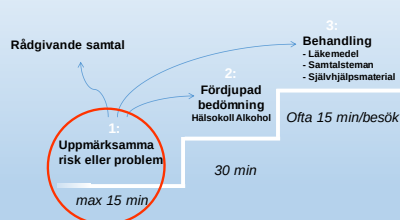
Hantera alkohol

Uppmärksamma
Utreda
Behandla

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



45

Uppmärksamma alkohol är första steget

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



46

**Primärt mål:
en insiktsfull patient**

- Jag har ett riskabelt alkoholbruk
- Min sjukdom påverkas av alkoholen
- Min doktor tycks kunna det här med alkohol. Kanske jag kan få några råd?



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



47

Uppmärksamma på olika sätt:

Olika situationer kräver olika sätt att prata alkohol:

1. Fråga om konsumtionen
2. Fråga om pat's alkoholfunderingar
3. Diskutera samband med sjukdom/medicin
4. Erbjud AUDIT testet
5. Diskutera samband med labsvar
6. Förmedla din oro

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



48

Att fiska; ibland nappar det



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



49

1. Fråga om konsumtionen:

- Anamnes: Dricker du? -> Hur ofta? -> Vad? -> Hur mycket varje gång? (*ger mängd*)

Hjälpmedel:

- Levnadsvaneformulär
- Alkoholdagbok
- TLFB (retrospektivt 4 veckor)

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



50

2. Fråga om alkoholfunderingar:

- "Händer det ibland att du tänker att du borde dra ner?"
- "Har du ibland funderat på om mindre alkohol skulle hjälpa ditt besvär?"
- "Du är ju väldigt hälsomedveten vad gäller motion. Har du funderat på att dra ner alkohol också?"

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



51

3. Samband med aktuellt problem?

en patientcentrerad utgångspunkt

1. Fråga om patienten märkt samband
2. Informera hur alkohol kan bidra besväret
 - Resonera om individuell känslighet
3. Informera om behandlingsalternativ, inkl. mindre alkohol
4. Samband med höga provsvar?

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



52

Testa om samband finns "Halveringsexperimentet"

- Bakgrund: Den individuella känsligheten varierar stort i varje organsystem
- Gör ett test: Minst halvera under 3-4 veckor. Utvärdera

Hallberg Hans. Riskbruk av alkohol, ett studiearbete av SFAM

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



53

Film
blodtryck

<http://riddargatan1.se/filmer>

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



54

Informera i dialog

- Utforska:
 - Vad känner du till om alkohol och XX?
 - Känner du till vad man kan göra själv för ...?
- Erbjud (Be om lov):
 - Vill du att jag berättar lite mer om ...?
- Utforska:
 - Vad tänker du om detta?
 - Kan det här vara relevant för dig?

4. Erbjud AUDIT

Alcohol Use Disorders Identification Test

AUDIT

Vär är ett antal frågor om dina alkoholkonsumtion det senaste året.

En 10 poängsskala som är baserad på den internationella standarden för alkoholrelaterade problem. Den ger en indikation på om du har ett problem med alkohol.

Med ett 10 poängsskala:

Poängberäkning:

Fråga	0	1	2	3	4
1. Hur ofta dricker du alkohol?	0	1	2	3	4
2. Hur många "standardglas" dricker du vanligtvis i en dag?	0	1	2	3	4
3. Har du någonsin druckit mer än 5 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
4. Har du någonsin druckit mer än 10 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
5. Har du någonsin druckit mer än 15 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
6. Har du någonsin druckit mer än 20 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
7. Har du någonsin druckit mer än 25 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
8. Har du någonsin druckit mer än 30 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
9. Har du någonsin druckit mer än 35 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4
10. Har du någonsin druckit mer än 40 standardglas på en enda dag?	0	1	2	3	4

Var du beredd att svara? - Tack för din medverkan!

Tolkning:

0-7: inget eller låg nivå av problem
8-15: medium nivå av problem
>15: hög nivå av problem

Sensitivitet för beroende om ≥13: 82%,
Specificitet: 96%*

När: Viktigt veta, vanligt med alkoholsamband, etc.

* Gashe P, et al. Alcohol Clin Exp Res. 2005 Nov;29(11):2001-7.
de Torres LA, et al. Eur J Gen Pract. 2009;19(1):15-21

Film AUDIT

<http://riddargatan1.se/filmer>

Fördjupad bedömning med feedback "hur ligger jag till?"



HälsoKoll alkohol utredning som ger patienten beslutsunderlag

1. Frågeformulär + Blodprov
(+ pats berättelse och kroppsundersökning)



2. Professionell bedömning
och feedbacksamtal

3. Pats egna tankar?
Nästa steg?

Behandling? Ta fram meny!

Tre alternativ:

1. Självhjälpsmaterial
2. Samtal: KBT, MI
3. Läkemedel & uppföljning



- 1: Uppmärksamma risk eller problem
- Rådgivande samtal
- Självhjälpskriter
- Erbjud HälsoKoll alkohol
max 15 min

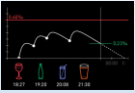
- 2: Fördjupad bedömning
HälsoKoll Alkohol
30 min

- 3: Behandling
- Läkemedel
- Samtal
- Självhjälpsmaterial
ofta 15 min/besök

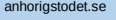
Matching Alcoholism Treatments to Client Heterogeneity: Project MATCH
Posttreatment Drinking Outcomes. J. Stud. Alcohol 1997;58:7-29.
Andersson S, et al. Short-term treatment for alcohol-related problems:
four-session guided self-change versus one session of telephone
randomized, controlled trial. Alcohol 28 (2002) 57-65

Självhjälpsmaterial

- Internet
- Appar
- Skriftligt
- Telefon





RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

61

DRYCKESKALENDER 12 veckor

Notera hur många enheter (standardglas) du dricker varje dag och summera sedan för helhetsbilden. Fokusera på överskåda det du druckit istället för mängden. Ett standardglas innehåller 12 gram alkohol. Vissa enheter räknas som två standardglas.



RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

62

Guide Till Bättre Alkoholvanor GTBA

- 4 samtal á 15-20 min
- Manual finns på riddargatan1.se/PV

Samtal 1	Samtal 2	Samtal 3	Samtal 4
• Nuläge: rekapitulera "hälsokoll alkohol"	• Gå igenom hemuppgifter	• Gå igenom hemuppgifter	• Gå igenom hemuppgifter
• Ge hemuppgifter: ✓ mål ✓ alkoholkalender	• Ge ny hemuppgift ✓ risksituationer	• Ge ny hemuppgift ✓ hantera risksituationer	• Utvärdera • Mer behandling?
v.1	v.3	v.6	v.12

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

63

Läkemedel

Behandling	Prioritet (1-10) i Socialstyrelsens riktlinjer
Disulfiram	1 (bör)
Akamprosat	1 (bör)
Naltrexon	1 (bör)
Nalmefen	4 (kan)
Topiramet	7 (kan)
Baklofen	7 (kan)
Gabapentin	7 (kan)
Kombination akamprosats/naltrexon	8 (kan)
Antidepressiva läkemedel	10 (kan)

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

64

Akamprosat (Campral/Aotal)

Farmakodynamik: NMDA receptormodulerare (glutamat)

(Indikation: Reduktion av återfallsrisk hos alkoholberoende patienter.)

Klinisk effekt: Mindre sug och mindre tankar på alkohol

Genetisk variation: Ca 1/3 god effekt, 1/3 ingen effekt

Dosering: Fass: 2+2+2. Bättre: 3 + 3

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

65

Naltrexon

Farmakodynamik: Opiatreceptorantagonist (μ, δ, κ)

(Indikation: ... för att stödja avhållsamhet vid alkoholberoende)

Klinisk effekt: Dricker mindre, långsammare. Mindre sug och mindre tankar på alkohol.

Genetisk variation: Ca 1/3 god effekt, 1/3 ingen effekt

Dosering: 1x1.

Biverkningar: vanligt: illamående, yrsel huvudvärk mm

Tips: Öka dosen till 2 tabl/d vb?? Vid behovsregim?

Upptrappning: första veckan 25 mg

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

66

Antabus

- **Klinisk effekt:** lättare vara nykter
- **Dosering:** Flexibel ex: 600- 800 mg 2-3 ggr/vecka, eller 100 – 200 mg dagligen
- **Biverkningar:** Trötthet, huvudvärk, lös mage, metallsmak. Sällsynt men allvarig leverskada

Tips: Läkemedelsbolaget har en bra broschyr för patienter

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA



67

Antabus är ett stöd för nykterhet

Fråga patienten:

1. Vill du vara nykter?
2. Behöver du stöd för att vara nykter?
3. Behöver du stöd för att ta Antabus?

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

68



68

Ersätt "läkemedlet" etanol

Exempel:

- Betablockerare
- Propiomazin (Propavan), mitazapin
- Hydroxizin (Atarax)
- SSRI

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

69



69

Läkemedelsbehandling är inte bara ett recept



Recept

+



Uppföljningar

RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

70



"Medical management"

= systematisk uppföljning:

1. Hittat rutin för intag?
2. Biverkningar?
3. Effekt?
4. Ge feedback på lab prover
5. Ge positiv förstärkning för framsteg
6. Fortsätta läkemedel?

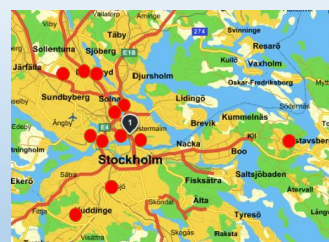
RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

71



71

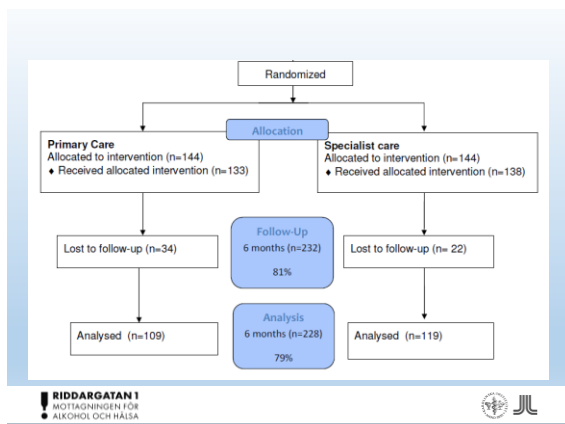
TAP TREATMENT OF ALCOHOL DEPENDENCE IN PRIMARY CARE



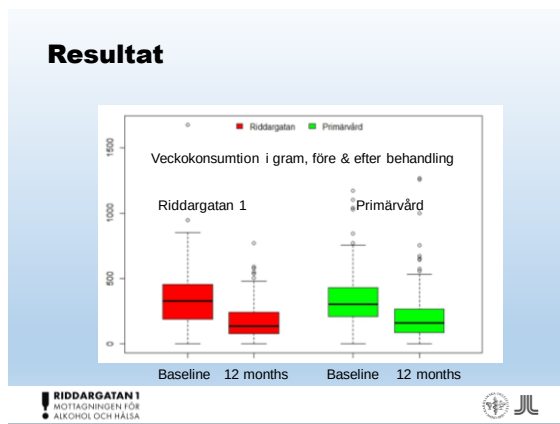
RIDDARGATAN 1
MOTTAGNINGEN FÖR
ALKOHOL OCH HÄLSA

72





73



74

Till uppföljning: Gör något av följande

- Info/samtal om samband med aktuell sjukdom
- Testa AUDIT på minst 4 pat
- Erbjud halveringsexperimentet
- Följ upp leverprov i övre normalintervall
- Testa alkoholkalender (finns på riddargatan1.se/pv)
- Boka återbesök för mer info/utredning av alkohol (ev hälsokoll alkohol)
- Erbjud behandling

75