



Guldkant eller riskbruk?

Om alkoholens
plats i åldrandet

Bilden av alkoholproblemet



Kolingen: Putäll på er, grefvar å baroner!

Dina tankar och känslor



Bilden av alkoholproblemet



Och vad tänker du nu?



Vinglas

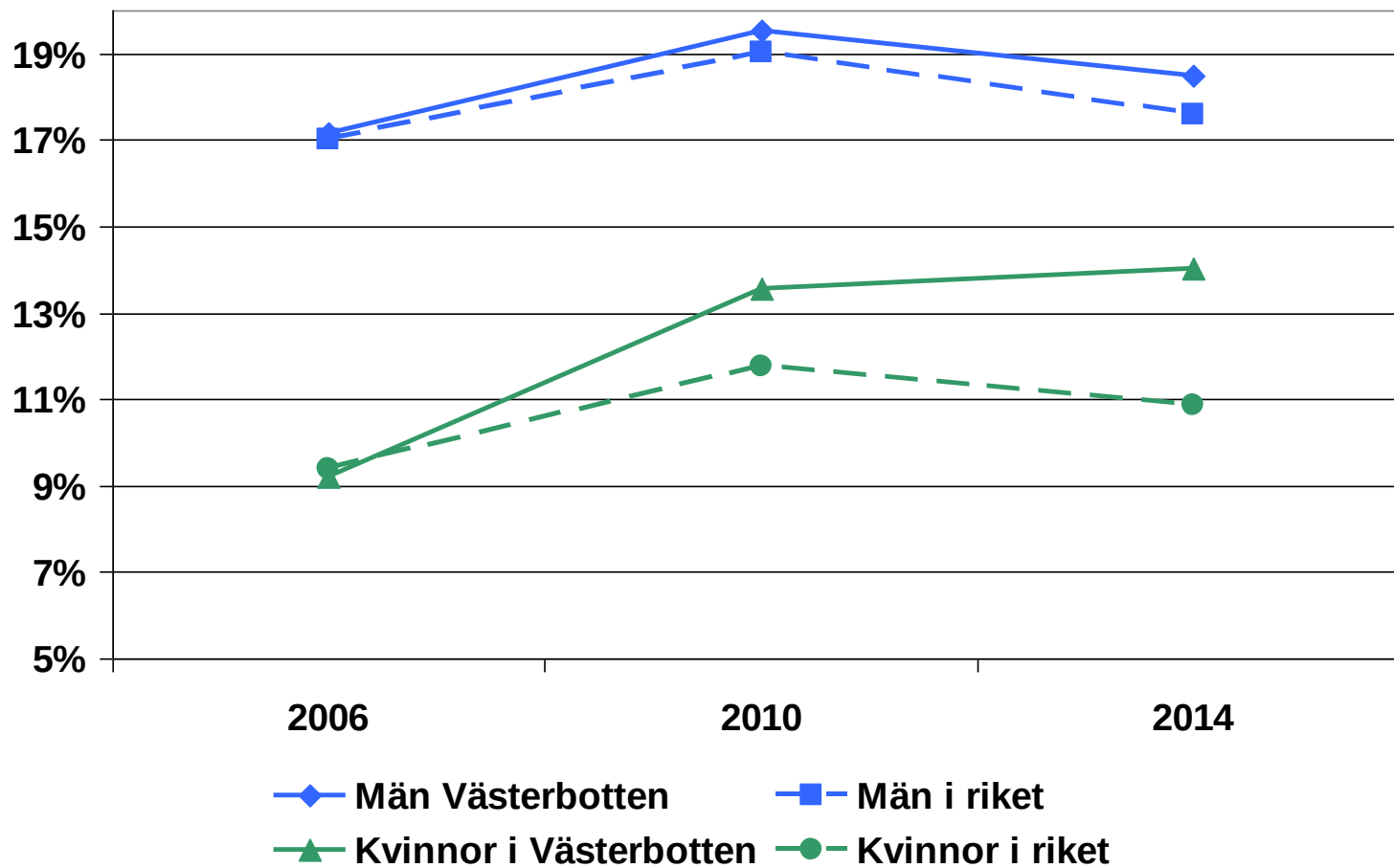
då & nu



Alkoholbruk i Sverige

- Nio liter ren alkohol per invånare 15 år och äldre
- Tidigare mer sprit, nu vin vanligast
- Sjunkande konsumtion bland tonåringar under 2000-talet
- Fördelning i befolkning = några få dricker mycket
- Män dricker dubbelt så mycket som kvinnor
- Unga vuxna berusar sig mer än äldre
- Konsumtionen förhöjd i storstadsregioner

Trend för riskbruk av alkohol



Äldres drickande ökar.

Ökningen är störst hos 75-åriga kvinnor.



Riskbruk

= risk för skador

MED ETT GLAS MENAS:



Vinmängd

1 standardglas



VAD ANSES RISKABELT?

Med **riskabla alkoholvanor** menas att dricka fler än...

14 standardglas för män

9 standardglas för kvinnor

Att dricka sig berusad innebär alltid en risk.

Berusningsdrickande innebär att vid ett och samma tillfälle dricka fler än...

4 standardglas för män

3 standardglas för kvinnor

Behövs andra riktlinjer för äldre?

Man blir torrare med åren – även om man dricker mer

Minskad muskelmassa → lägre vätskehalt → högre alkoholhalt i blodet

Sjukdomarna blir fler med åren – majoriteten har någon

Alkohol förvärrar många sjukdomssymptom (och prognos?)

Läkemedel tas av många äldre – och många av många

Alkohol påverkar läkemedelseffekten redan vid måttlig konsumtion

Riskabla alkoholvanor för äldre – behov att halvera?

Män: 7 (14) standardglas per vecka

Kvinnor: 5 (9) standardglas per vecka

Ett växande problem

Andelen äldre >80 år ökar snabbt: 500 000 år 2014
800 000 år 2034

Antal i ålder 75-84 år vårdade på sjukhus med alkoholdiagnos
har ökat under de senaste 10 åren med: 55% bland män
65% bland kvinnor

Antal döda 65+ på grund av alkoholrelaterad orsak
har ökat under de senaste 15 åren med: 41% bland män
125% bland kvinnor

Antal i ålder 65-84 år med riskkonsumtion
har ökat under de senaste 10 åren med: 8 → 10% bland män
3 → 6% bland kvinnor

Konsekvensområden av alkoholbruk

- **Fallskador:** 70 000/år behöver inläggning på sjukhus
> 1 000 dör (fördubbling sedan år 2000)
 - Oftast äldre. Ingen vet hur många som är alkoholrelaterade.
- **Läkemedelseffekter**
 - Läkemedel och alkohol kan interagera, oftast med kraftigare biverkningar av läkemedlet och ökad berusningseffekt av alkoholen.
- **Psykisk ohälsa**
 - Exempelvis depression. Hönan eller ägget? Både och!
- **Ekonomi**
 - Både enskilt, familjärt och samhälleligt
- **Fysisk ohälsa:** *Se filmen "Hälsorisker"*

DET BÄSTA FÖR DIG ÄR ATT
DU SLUTAR RÖKA, DRICKA
OCH ÄTA FET MAT

OCH VAD ÄR
DET NÄST BÄSTA?



ÖVERSIKT

Dags för »alkoholfri operation«

Två standardglas per dag fördubblar risken för postoperativa komplikationer

Sven Wåhlin, överläkare, Beroendecentrum Stockholm

sven.wahlin@sl.se

Hanne Tønnesen, professor, direktör, Clinical Health Promotion Centre, Lunds universitet; WHO Collaborating Centre for Evidence-based Health Promotion in Hospitals and Health Services, Köpenhamn

Guldkant
utan
riskbruk!



Så, vad kan man göra?

Problemområden från studier och utbildningar

- Förändrade alkoholvanor
- Ökad alkoholkonsumtion bland äldre
- Kunskapsbrist om:
 - hur äldres hälsa och välfärd påverkas av riskbruk respektive högkonsumtion.
 - vad hemtjänsten kan eller får göra för att främja äldres hälsa genom förändrade alkoholvanor, och hur man ger äldre med alkoholproblem en god omsorg.

Problemområden från studier och utbildningar, forts

- Avsaknad av väl kända, förankrade och gemensamma tydliga riktlinjer och regelverk för hur äldres riskbruk ska hanteras (gäller alla tjänstenivåer)
- Saknas ordentliga rutiner för kontakt mellan hemtjänst och sjukvård (både primärvård och specialistvård) och fungerande samverkan mellan hemtjänst – sjukvård
- Behov av personalkompetens för området äldre och alkohol inom hemtjänsten

Frågor inför framtida omsorg om äldre

- i relation till riskbruk av alkohol

- Hur ska vi på bästa sätt möta problematiken?
- Hur tillhandahåller vi en god välfärd och ger förutsättningar för livskvalitet som innebär ett gott liv för äldre i vårt samhälle?

Material från Hela människan

Studiematerial:

Studiehäfte och filmer

Litteraturstudie:

Är alkohol skadligare för äldres hälsa? En analys av kunskapsläget

<http://helamanniskan.se/vad-gor-vi/nationella-projekt/aldres-halsa-och-alkohol/>

Tack för visat intresse!

Gunnel Lagerkvist, Centerkvinnorna

gunnel@mariehem.net

Sofia Elwér, Västerbottens läns landsting

sofia.elwer@vll.se