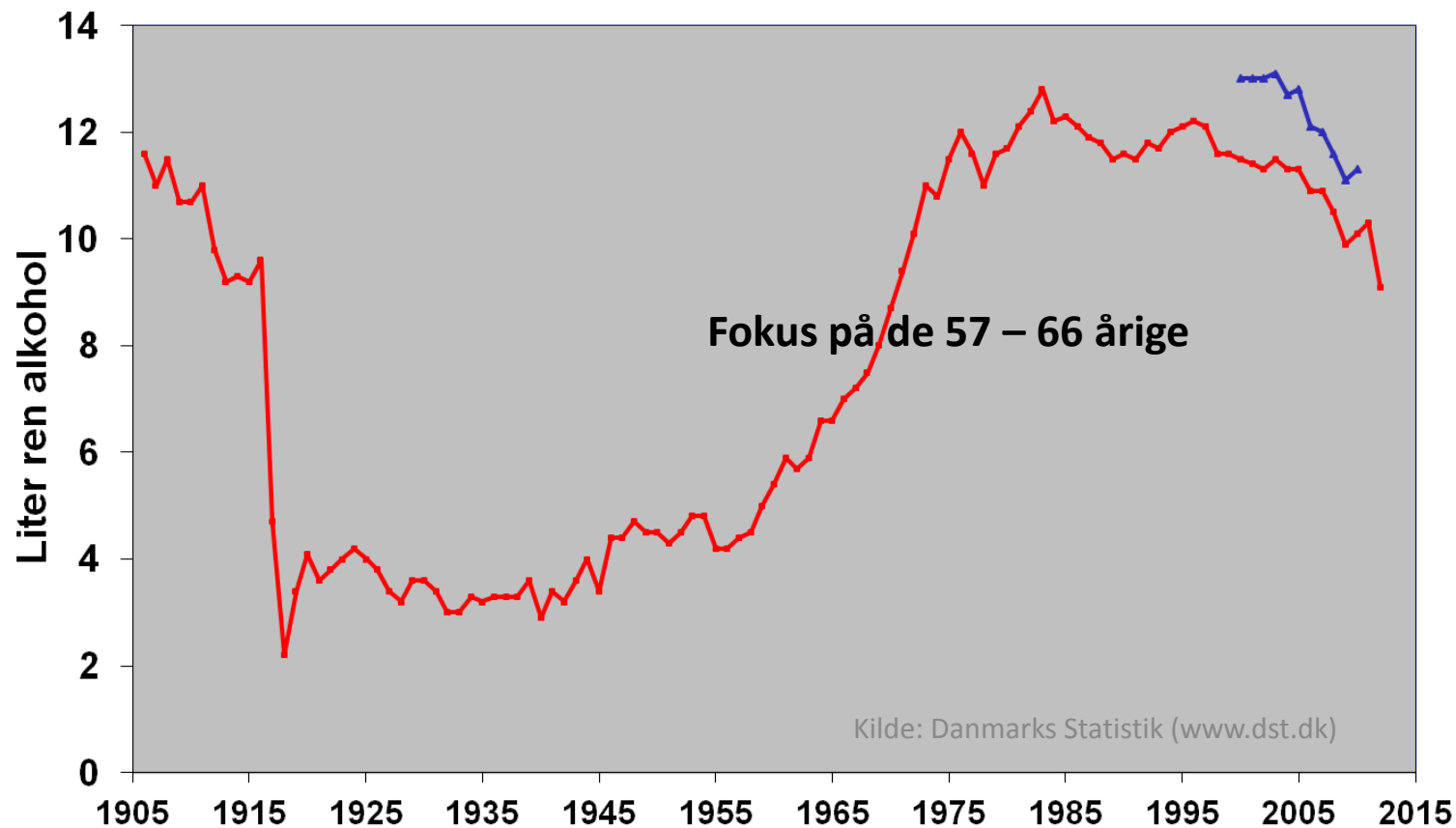


De våde årgange født mellem 1940-1960 (især 50-59'erne)



Eksempler på to slags overforbrug

Tidligt opstået forbrug

- Startet som 16-18 årig
- Dårligt selskab
- Tidlige grundlagte vaner
- Stort forbrug hele livet
- Har lært at tackle følelser og problemer med alkohol
- Har adopteret vanerne hjemmefra
- Kræver en større indsats
- Større sociale problemer og helbredsskader

Sent opstået forbrug

- Startet som 65-70 årig
- Er eskaleret pga. tab af ægtefælle, ensomhed, smerter/sygdom, søvnbesvær, ophør af arbejde
- Evt. tidligere store forbrug
- Har ofte mange gode strategier i livet, bedre økonomi og netværk
- Kan nemmere hjælpes med italesættelse af alkohol – kort intervention

Hvorfor skal ældre være forsigtige med alkohol?

- Ældre har et større medicinforbrug:
 - Medicinens effekt forstærkes af alkohol
 - Alkoholens effekt forstærkes af medicinen
 - Medicinens effekt forringes ved alkoholindtag
 - Alkohol forstærker bivirkninger ved medicinen
- Kroppens evne til at omsætte alkohol nedsættes (hjerne og lever forandrer sig, nyrer bliver dårligere)
- Alkohol er et opløsningsmiddel – affedter bl.a hjernen
- Mindre muskelmasse og mindre væske i kroppen medfører højere alkoholpromille – større skader



Demens og alkohol

- Støttevævet og nerveceller i storhjernens svinder med alkohol
- Hukommelsesproblemer, koncentrationsbesvær og intellektuel reduktion
- Ved ophør af alkohol sker der en vis forbedring af hukommelse og koncentrationsevne efter 6-7 uger



Tjekliste

Tal om alkoholvaner ved viden om:

- Dårlig søvn
- Smerter (især ondt i maven), forhøjet blodtryk
- Ny medicin
- Stress symptomer
- Kost (høj BMI, lav BMI)
- Faldulykker, skader (knoglebrud)
- Rygning (krydsafhængighed)
- Ændret humør, symptomer på depression (især mænd)
- Tab af ægtefælle eller skilsmisse



Og derudover....

- Alkohol er årsag til uheld og skader og kan forbindes til 200 sygdomme - 20.000 / 50.000 tabte leveår om året. Stærk forringet livskvalitet den sidste årrække
- Cirka halvdelen af medarbejderne i den kommunale plejesektor arbejder med fulde borgere næsten dagligt, og får overskredet deres personlige grænser – de har brug for sparring og klare retningslinjer i arbejdet
- DK bruger 13 milliarder på alkohol om året – og mere og mere på de ældre
- Korte og målrettede samtaler om alkohol har god effekt – bedre end vægt og tobak – men tilbuddene mangler ofte til de ældre borgere
- De ældres alkoholoverforbrug er et endnu større tabu end de unges – opsporingen skal systematiseres

Elderly studiet

- **Baggrund:** Flere ældre over 60 år med alkoholproblemer. Hidtil ingen evidensbaserede alkoholbehandlingsmetoder målrettet den ældre population. Man vil teste korte interventions-metoder og sikre bedre behandling af ældre.
- **Hvor:** Alkoholbehandlingen i Odense, Aarhus og København. Tyskland og USA.
- **Målgruppe:** 60 plus årige. 1000 mennesker med overforbrug og afhængighed (400 i Danmark , 400 i Tyskland og 200 i USA). Årsopfølgning på deltagerne slutter i 2017.
- **Metoder:**
 - MET: kort intervention (4 sessioner, 1 om ugen), motiverende samtaler, som skal fremkalde hurtig og motiveret forandring. Indeholder funktionsanalyse og planlægning af forandring.
 - CRA: relativ kort intervention (8 sessioner, 1 om ugen). Indeholder delelementer såsom; positiv tænkning om ædruelighed, fastholdelse, håndtering af drikketrang og socialt pres, bedre alternativer, analyse af drikkemønstre, lære ny adfærd, brug af netværk, omgivers betydning etc.

Elderly studiet

”Jo mere man målretter behandlingen til de ældres behov, jo bedre behandlings-succes”.
Kjeld Andersen, DR1

- **Analyse:** Manualer på alle behandlingssessioner, så det kan evalueres, om metoderne har effekt efter 6 mdr. og 12 mdr. Alle 1000 får tilbudt MET og 500 får yderligere tilbudt CRA. Resultater sammenlignes og det vil vise sig, om dem der får både/og vil have større gavn af forløbet. Man regner med, at MET vil have god effekt, og CRA endnu bedre effekt.
- **Forebyggende regi:** Man vil kunne bruge interventionen andre steder, hvor der arbejdes med ældre.