Svenska Läkaresällskapet

SVENSK SJUK-SKÖTERSKE FÖRENING 1910

SVENSKA BARNMORSKEFÖRBUNDET

ALKOHOL

– en viktig hälsofråga

En gemensam röst om alkohol

Alkohol är ett av de största hoten mot en god folkhälsa och kan bidra till olika typer av sjukdomar.
Många gånger leder alkoholkonsumtion även till allvarliga sociala och ekonomiska problem.

Den som arbetar inom hälso- och sjukvården har ett stort ansvar för människors fysiska och psykiska välbefinnande. I det ansvaret ingår att informera patienten om alla de faktorer som kan påverka hans eller hennes hälsa.

För patientens skull är det viktigt att den information som lämnas från vården är samstämmig. I den här broschyren får du ta del av det gemensamma uttalandet om alkohol som antagits av Svenska Läkaresällskapet, Svensk Sjuksköterskeförening och Svenska Barnmorskeförbundet.

Alkohol bidrar till ohälsa bland vuxna

En övervägande del av Sveriges befolkning använder alkohol och de allra flesta kan hantera sin alkoholkonsumtion. För dem innebär alkohol en liten hälsorisk. I bland kan dock drickandet äventyra hälsan.

Om en persons alkoholvanor påverkar den egna hälsan, eller om en gravid kvinna dricker alkohol, är det ett riskabelt sätt att använda alkohol – ett riskbruk. Att riskbruka alkohol är alltså inte detsamma som att vara beroende av alkohol eller lida av ett missbruk.

Olika personer är olika känsliga för alkohol. En ökande konsumtion innebär en successivt ökande risk. Det finns dessutom vissa situationer där alkoholkonsumtion alltid är ett riskbruk.

Med *riskbruk* menas alkoholkonsumtion som ökar risken för sociala eller medicinska problem men där *missbruk* eller *beroende* inte föreligger.

FAKTA

Man kan uppskatta att närmare en miljon personer riskbrukar alkohol i Sverige. Antalet alkoholberoende uppskattas till ca 300.000.

Alkohol bidrar till ohälsa bland barn

I Sverige växer 385 000 barn upp med en eller två föräldrar som riskbrukar alkohol. Ett riskbruk bland vuxna ökar risken för att ett barn ska fara illa. Särskilt utsatta är de barn där båda föräldrarna storkonsumerar alkohol.

(Källa: Statens folkhälsoinstitut, Ljungdahl, 2008)

Det är riskbruket som orsakar de största samhällskostnaderna, inte det svårare alkoholberoendet.

Alkohol bidrar till sjukdomar

Många vanliga sjukdomar, som till exempel hjärt- och kärlsjukdomar och olika former av cancer, är direkt relaterade till alkoholkonsumtion. En person som konsumerar alkohol under en längre tid riskerar alltså att drabbas. För den som är känslig för alkohol kan även en måttlig konsumtion leda till ohälsa.

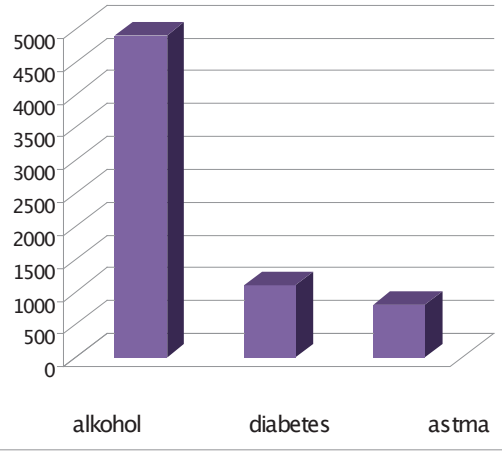
Det är stora variationer när det gäller individuell känslighet. Många sjukdomar kan påverkas av ett riskbruk av alkohol.

Tillstånd och sjukdomar där alkohol kan ha betydelse:

- **Hypertoni**
- **Psoriasis**
- **Förmaksflimmer**
- **Gastrit**
- **Spänningshuvudvärk**
- **Depression**
- **Cancer**
- **Kärlkramp**
- **Lumbago**
- **Infektioner**
- **Sårläkning**

Alkohol är en viktigare riskfaktor än diabetes och astma för försämrad hälsa och tidig död i Europa

DALY (Disability Adjusted Life Years) - ett samlat mått på sjukdomsbörda som beskriver ohälsa i befolkningen genom att kombinera uppgifter som sjukdomar, skador och dödsfall.



Källa: World Health Organisation The world health report (2002) *Reducing risks, promoting healthy life*

Alkohol – en viktig fråga för hälso- och sjukvården

Levnadsvanor och människors sociala situation har stor betydelse för hälsan. Därför är det viktigt att sjukvården ger utrymme för dessa frågor i mötet med patienter.

Läkare och sjuksköterskor bör ställa frågor om patientens alkoholvanor. Barnmorskor är dessutom skyldiga att informera gravida kvinnor om riskerna för alkoholrelaterade skador på det ofödda barnet. Det enda säkra under graviditeten är att avstå helt från alkohol.

Våga fråga!

All sjukvårdspersonal ska sätta patientens bästa i centrum. I det uppdraget ingår att ge patienten möjlighet att tillsammans med vårdgivaren ta reda på vilken betydelse alkohol har för personens hälsoproblem. Den som arbetar inom sjukvården måste våga ställa frågor om patientens alkoholvanor. Låter man bli kan patienten felaktigt tolka det som att alkohol inte spelar någon roll.

LÄNKAR

www.alkoholhjalpen.se
www.fhi.se
www.vardguiden.se

Så säger Statens folkhälsoinstitut om alkohol

- Att dricka sig berusad är alltid en medicinsk risk, oavsett ålder.
- Alkohol och depression innebär en särskild risk för ohälsa.
- Alkohol kan ha en skyddande effekt mot hjärt-och kärlsjukdom hos den äldre delen av befolkningen, men effekten uppnås vid en mycket låg konsumtion.
- Sjukvårdspersonal ska inte rekommendera alkohol.

Man kan rekommendera en restriktiv hållning till alkohol utan att riskera att människor går miste om en eventuell hälsoskyddande effekt av alkohol.

Statens folkhälsoinstitut

Så säger vi om alkohol

SVENSKA LÄKARESÄLLSKAPET

- Anser att alkoholfrågan ska uppmärksammas i patientmötet, eftersom alkohol har betydelse för många vanliga sjukdomar.
- Det är angeläget att sjukvårdspersonal hjälper patienten att förstå hur alkoholbruk och andra levnadsvanor påverkar hälsan.

SVENSK SJUKSKÖTERSKEFÖRENING

- Anser att det är angeläget att öka patienters förståelse för att ett riskabelt bruk av alkohol påverkar hälsan.
- I patientmötet ska vi stödja och uppmuntra patientens förmåga och vilja till förändring.
- Vi måste våga ställa frågorna.

SVENSKA BARNMORSKEFÖRBUNDET

- Avråder från bruk av alkohol under graviditet på grund av dess fosterskadande effekter.
- Det är självklart att uppmärksamma och arbeta förebyggande med alkoholfrågor med tanke på kvinnors, barns och familjers hälsa.

Svenska
Läkaresällskapet

Svenska Läkaresällskapet
Klara Östra Kyrkogata 10
101 35 Stockholm
Tfn: 08-440 88 60
www.sls.se

Svensk Sjuksköterskeförening
Baldersgatan 1
114 27 Stockholm
Tfn: 08-412 24 00
www.swenurse.se

Svenska Barnmorskeförbundet
Baldersgatan 1
114 27 Stockholm
Tfn: 08-10 70 88
www.barnmorskeforbundet.se