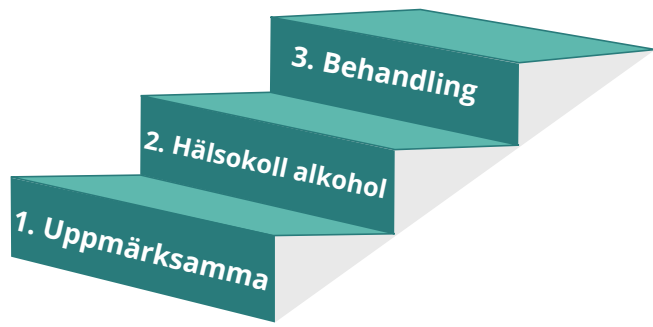


Minimanual 15-metoden



1 UPPMÄRKSAMMA RISK ELLER PROBLEM

Syfte: Uppmärksamma alkohol som en medicinsk angelägenhet. I första hand patienten (men även du) ska bli uppmärksam på att alkohol kan vara en risk eller ett problem för hälsotillståndet.

Målgrupp: Mer eller mindre alla patienter.

Metod (exempel)

1. Fråga när befogat
2. Ha rutiner för när du använder AUDIT och PEth
3. Reagera på lätt förhöjda leverprov och MCV
4. Diskutera möjligt samband med sjukdom
5. Informationsaktiviteter på mottagningen

2 HÄLSOKOLL ALKOHOL

Syfte: Patienten blir medveten och kunnig om sin alkoholsituation (och du förstår problematiken).

Målgrupp: Den som vill veta mer om sin alkoholsituation. Då du tror alkohol är viktigt.

Metod (exempel)

Patienten får frågeformulär (ev. digitala) att fylla i hemma. Du beställer blodprov och bokar återbesök. Vid återbesöket går ni igenom frågeformulär och provresultat. Hela formulärpaketet eller enstaka delar (t.ex alkoholkalender eller AUDIT) kan användas.

3 BEHANDLING

Syfte: Patient ska nå en konsumtion som hen är nöjd med. Skadereducering.

Metod 1 – Guide Till Bättre Alkoholvanor (GTBA)

Korta besök med tre hemuppgifter och konsumtionsmonitorering med alkoholkalender, samt biofeedback med leverfunktionsprov.

Besök 1: Genomgång "Hälsokoll alkohol" och hemuppgift: formulera mål för alkoholkonsumtionen.

Besök 2: Patient redovisar sin målsättning och alkoholkalendern. Du redovisar labresultat och ger ny hemuppgift: identifiera situationer när man riskerar dricka på sätt som inte stämmer med målsättning.

Besök 3: Patient redovisar risksituationer. Gå igenom alkoholkalender, återkoppla labprover. Ge ny hemuppgift: formulera konkreta strategier för att bemöta risksituationer.

Besök 4: Patient redovisar sina strategier. Gå igenom alkoholkalender och labresultat. Utvärdera: Avsluta? Behövs läkemedel eller annan behandling? Remiss?

Metod 2 – Läkemedel

Korta uppföljande besök för att utvärdera effekt. Byt läkemedel om det första inte har effekt. Följ leverprov (även inom normalvärde) som biofeedback på mindre belastad lever.

Antabus: Förutsätter att patienten vill vara nykter men behöver stöd i det. Anhöriga och vänner kan vara stöd för intag. Kan användas kortare eller längre perioder. Transaminaser behöver följas av säkerhetsskäl.

Naltrexon: Minskar dryckesmängder (kontrollförlust) och sug. Trappa upp, börja med ¼ tabl. Kan tas vid behov.

Campral/Aotal: Minskar sug. Tar en vecka för effekt. Tvådos ger bättre följsamhet.

Metod 3 – Självhjälp

GTBA finns som självhjälpsbroschyr