

Andreas Beckman, Valmet Corporation i Karlstad:

”15-metoden är som ett bra smörgåsbord”

Enkel, billig – och diskret. Så beskriver Andreas Beckman 15-metoden. Han är HR-manager vid Valmet och har ett stort förtroende för Clarahälsans kompetens inom alkoholproblem.

– Vi är bortskämda som har tillgång till företagssköterskan Mimmi Forsstens engagemang och envishet när det gäller att identifiera och arbeta med personer som behöver hjälp att ändra sina alkoholvanor.

Björn Henriksson har ett problem. Han är chef på Valmet och i morgon ska han och hans chefskollega bestämma om en medarbetare ska få förtroendet att åka ut i världen på ett nytt uppdrag. I vanliga fall går ett sådant beslut på rutin, men just den här personen fastnade för ett tag sedan i en slumpmässig alkoholkontroll i porten. Sedan dess har personen kommit till Clarahälsan för provtagning med återkopplingar och fått 15-metodens

självhjälpsmaterial. Det som avgör chefernas beslut är resultatet av det CDT-prov som togs i förra veckan.

Valmet har använt 15-metoden sedan 2011 då företagssköterskan Mimmi Forssten gick en två-dagars-kurs i Stockholm. Tillammans med kollegorna Inger Thyberg och Christina Welanders bemannar hon en lokal inne på Valmets fabriksområde fem dagar i veckan.

Fakta Valmet Corporation

Företaget: Valmets fabrik i Karlstad utvecklar och bygger maskiner och produktionslinjer för att tillverka mjukpapper som toa- och hushållspapper. Företaget erbjuder också montering och service av maskiner över hela världen. Vid fabriken finns dessutom en komplett pilotanläggning för att testa maskiner och processer.

Personal: Av Valmets totalt 11 000 anställda arbetar cirka 740 i Karlstad. I fabriken på Lamberget arbetar cirka 570 personer. Ett hundratal av dem arbetar den mesta tiden på andra platser än hemorten.

15-metoden: Valmet har samarbetat med Clarahälsan sedan många år och började använda 15-metoden för två år sedan. Sedan dess har metoden använts i en handfull alkoholrelaterade rehabiliteringsärenden med positivt resultat. Även de flesta chefer är positiva till metoden. Inom Clarahälsan har två sköterskor och en läkare gått en tvådagars utbildning i metoden.

Policydokument: Ja.



FOTO: VALMET

Verksamheten vid Valmets fabrik är tung och krävande. Om personalen inte kan lita på varandra blir den dessutom farlig.

Viktigt att kunna lita på varandra

Arbetet i de stora industrilokalerna på Lamberget är tungt och farligt. Maskinerna som byggs här är upp till tio meter höga och kan väga flera hundra ton. För att arbetet ska vara säkert måste alla kunna lita på varandra.

– Det går inte att komma hit bakfull eller okoncentrerad, säger Andreas Beckman HR-manager vid Valmet. Om du ska arbeta uppe på en stor och tung maskin måste du veta att arbetskamraterna har säkrat jobbet ordentligt. Ingen kommer heller in på ett svenskt pappersbruk utan att bläsa i en alkoholmätare.

Trots ett noggrant säkerhetsarbete får Clarahälsan ta hand om många olika tillbud; från lätta sårskador och ögonsköljning till kläm-, fall- och brännskador.

Förutom fysiska risker är företagets anställda, som monterar och servar pappersmaskinerna extra utsatta för risker eftersom de reser mycket och arbetar på många olika platser. Störst är risken för dem som arbetar utomlands eftersom de, förutom pressat tidschema och långa arbetsdagar, också jobbar tillsammans med folk de inte känner. Det gäller oavsett om uppdraget pågår under sex månader i Mexico eller ett par veckor i Norge.

– Tyvärr händer det att vi får vetskap om riskfyllda alkoholvanor hos de olika reseintensiva grupperna, säger Andreas Beckman.

Resande och utlandstjänst innebär extra risker

Björn Henriksson och Jan Magnusson är chefer för var sin grupp av resande montörer och servicetekniker. Båda har egen erfarenhet av såväl resande som utlandstjänst och är väl medvetna om riskerna. De är också helt överens om att hellre kolla en gång för mycket än för lite.

– Ofta kan det vara svårt att få någon att förstå att drickandet kan bli – eller är – ett problem, säger Björn Henriksson.

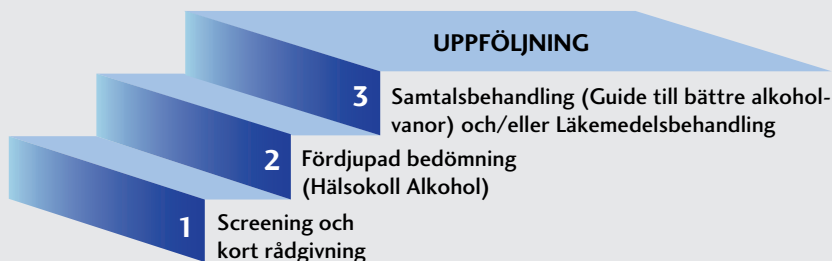
– Medan många runt personen känner på sig att något är fel, kan det ta ett halvt eller ett år innan personen själv är mogen att tackla sina problem.

Av Valmets cirka 570 anställda vid fabriken på Lamberget har hittills minst fem personer fått hjälp att hantera sina alkoholvanor med 15-metoden eller ett återfallspreventionsprogram. Betydligt fler har med Clarahälsans stöd lyckats komma tillrätta med ett riskbruk.

Det här är 15-metoden

15-metoden är en kort och effektiv behandling av alkoholproblem. Målgruppen är personer med lätta till måttliga problem.

15-metoden består av tre steg; screening och kort rådgivning, fördjupad bedömning och behandling med samtal och/eller läkemedel. I arbetslivet bygger metoden på ett samarbete mellan individ, arbetsgivare och företagshälsovård.



Metoden är utvecklad av forskare och experter på Riddargatan 1, mottagningen för alkohol och hälsa, som drivs av Stockholms läns landsting och Karolinska Institutet.

Källa: 15-metoden – ett nytt sätt att uppmärksamma och behandla alkoholproblem



FOTO: BIRGITA KLEPKE

Företagssköterskan Mimmi Forssten vid Clarahälsan i Karlstad är utbildad inom såväl riskbruksprevention som 15-metoden och återfallsprevention.

Företagssköterskan Mimmi Forssten har arbetat med alkohol- och återfallsprevention sedan mitten av 2000-talet och är utbildad inom såväl riskbruksprevention som 15-metoden och återfallsprevention. Även hennes kollega Marie Trulsson arbetar med dessa metoder.

Olika sätt att upptäcka riskbruk

Personer som behöver stöd kan identifieras i flera olika sammanhang. Många kommer till

Clarahälsans mottagning för olika fysiska krämpor. Andra kommer för att de är oroliga för sitt drickande. Valmet och Clarahälsan följer också upp personer med mycket korttidsfrånvaro eftersom det kan finnas ett bakomliggande problem där alkoholkonsumtionen visat sig ha betydelse. Det kan till exempel handla om sömnlöshet, depression, ångest eller annan psykisk ohälsa. Eftersom många inte känner till att det kan finnas samband mellan många symptom och en förhöjd och riskabel alkoholkonsumtion, infor-



Cheferna Björn Henriksson och Jan Magnusson vid Valmet i Karlstad uppskattar 15-metodens tydliga struktur. Ingen av dem har något emot att prata med personalen om alkohol.

Någon behöver mer stöd i början. Andra behöver fler möten under en längre period.

MIMMI FORSSTEN, FÖRETAGSSKÖTERSKA, CLARAHÄLSAN

merar Mimmi Forssten och Marie Trulsson både chefer och medarbetare så ofta de kan. Andra sätt att upptäcka ett riskabelt drickande är att någon får höga poäng på AUDIT eller höga CDT-värden i samband med en hälsokontroll. Eller så fastnar de helt enkelt i en rutinmässig alkoholkontroll under arbetsdagen.

Behandling utifrån individuella behov

Det händer också att en chef misstänker att en anställd har alkoholproblem och anlitar Clarahälsan för att göra en bedömning och erbjuda en lämplig behandling.

Den anställde erbjuds därefter olika behandlingsalternativ och ett av dem är 15-metoden som hjälper människor att bryta mönster och beteenden. Andreas Beckman uppskattar att det finns olika alternativ.

– Människor lockas och avskräcks av olika saker och jag uppskattar att behandlingsinsatsen alltid utgår från individens behov.

Eftersom människor är olika behöver de olika stöd och även om 15-metoden passar många, behövs också andra alternativ.

15-metoden är neutral och enkel

Andreas Beckman beskriver 15-metoden som en bred väg som leder framåt, men där alla kan köra i sin egen takt och mer eller mindre fort. Hans erfarenhet är också att många anställda uppfattar 15-metoden som mer neutral och enklare än andra behandlingsformer.

– Den är helt enkelt mindre världsomvälvande än metoder som bygger på tro eller andlighet. En fördjupad bedömning enligt 15-metoden innebär att den

Företagshälsovården utbildas

Cirka 650 företagsläkare, företagsköterskor och beteendevetare från hela landet har genomgått en tvådagars utbildning i 15-metoden (november 2014). Utbildningarna ges inom ramen för ett regeringsuppdrag, TIA-projektet, som syftar till att höja företagshälsovårdens och arbetslivets kompetens när det gäller tidiga insatser i arbetslivet mot alkoholberoende. Mer information om projektet och 15-metoden finns på Sveriges Företagshälsors hemsida: www.foretagshalsor.se.

Företagshälsovården består av omkring 150 företag i varierande storlek och organisationsform som tillsammans har cirka 400 enheter spritt över hela landet. Över 4 000 personer är anställda inom branschen samt ytterligare ett antal som arbetar som underleverantörer och konsulter.

CDT och PEth

CDT och PEth är blodprover som påvisar måttlig till hög alkoholkonsumtion under de senaste veckorna.

anställda går igenom sina alkoholverktyg med flera olika kvalitetssäkrade formulär och lämnar blodprover. Sedan får personen en kort återkoppling. Nästa steg är att den anställde, chefen och Clarahälsan gör en gemensam bedömning som i sin tur ligger till grund för åtgärderna. Upplägget styrs av individens behov och all dialog sker under sekretess. En del får samtalsbehandling enligt 15-metoden.

– Någon kanske behöver mer stöd i början, medan andra behöver mer samtalsstöd med fler möten under en längre period, säger Mimmi Forssten.

Mellan samtalen får den anställde i uppgift att till exempel fylla i en alkoholkalender, sätta upp en egen målsättning och identifiera situationer som triggar igång drickandet. Utifrån detta gör den anställde en egen handlingsplan.

Belöningen är när man lyckats hjälpa någon.

BJÖRN HENRIKSSON, CHEF, VALMET

Målet är alltid att få tillbaka den anställda i jobbet. Med Clarahälsans bedömning som grund bestämmer chefen, HR och den anställda tillsammans vilka arbetsuppgifter personen klarar av. Clarahälsan ansvarar för uppföljningen med blodprover, till exempel CDT och PETH-prov, var tredje eller fjärde vecka.

Tydlig struktur och saklig bedömning

Chefen Björn Henriksson uppskattar 15-metodens fasta och tydliga struktur. Metodens kvalitetsssäkrade bedömningsinstrument blir helt enkelt en garanti för att alla får en saklig bild av hur alkoholproblemet ser ut. Mötet mellan chefen, den anställda och Clarahälsans personal gör att åtgärderna kan anpassas efter vars och ens behov.

– Regelverket blir en garanti för att alla behandlas lika och får den individuella hjälp som de behöver. Det här är svåra frågor att lösa på egen hand och eftersom vi känner varandra är det lätt att bli personligt engagerad, säger han.

– Belöningen är när man lyckats hjälpa någon och får se att personen ifråga mår bra igen.

Till skillnad mot många andra chefer drar sig varken han eller kollegan Jan Magnusson för att

prata med sina anställda om alkohol.

– Vi tar upp ämnet i arbetsgrupperna och har haft särskilda temadagar om alkohol och droger. Vi vill inte att någon ska tycka att det är fult att ge oss varningssignaler om en kamrat verkar må dåligt.

Mimmi Forsstens erfarenhet är att manligt dominerade arbetsplatser ofta har ett öppnare samtalsklimat än kvinnodominerade.

– Intrycket är att män överlag pratar mer öppet om alkohol och många håller lite koll på varandra genom att till exempel jämföra sina provsvar när de gjort en hälsoundersökning.

Billigare än behandlingshem

Innan Valmet började använda 15-metoden skickade man medarbetare med alkoholproblem till institutioner eller köpte andra behandlingar. Ofta sattes dessa åtgärder in när missbruket hade pågått länge.

Enligt Mimmi Forssten kostar en behandling enligt 15-metoden i snitt cirka 12 000 kronor, vilket är betydligt billigare än att skicka någon till ett behandlingshem. Dessutom kan och vill de flesta fortsätta arbeta under behandlingen.

För att hålla koll på medarbetarnas hälsa gör alla anställda på Valmet regelbundna hälsokontroller – så kallade hälsospeglar – som rapporteras avdelningsvis. Personal som reser mycket undersöks lite oftare. På Valmet råder nolltolerans för alkohol i samband med arbete och alla nyanställda får en skrift som bland annat innehåller företagets drogpolicy.

TEXT: Birgita Klepke

Bra att behandlingsinsatsen utgår från individens behov.

ANDREAS BECKMAN, HR-MANAGER, VALMET

FOTNOT: Medarbetaren i reportagets inledning klarade testet och fick klartecken för det nya uppdraget.