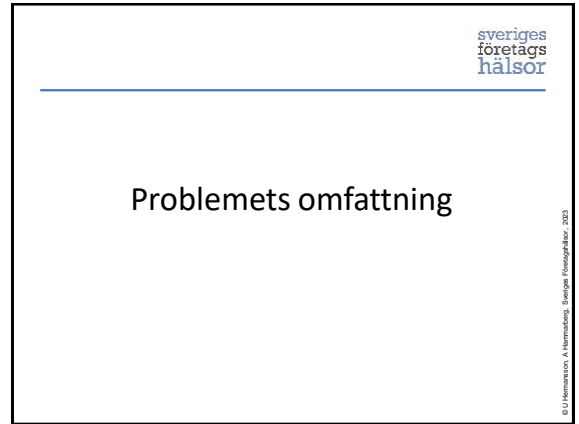
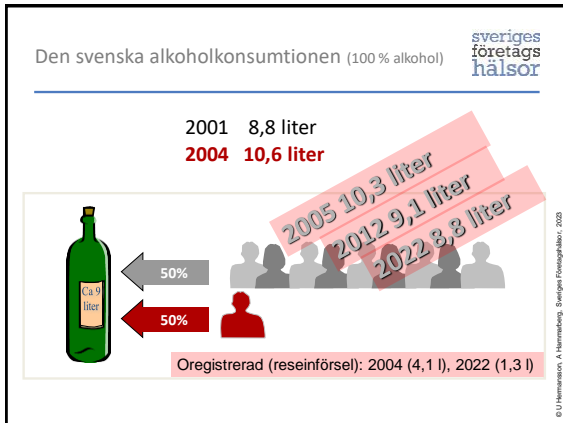


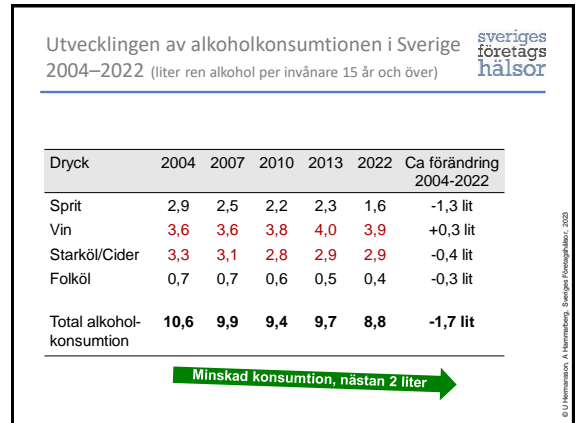
1



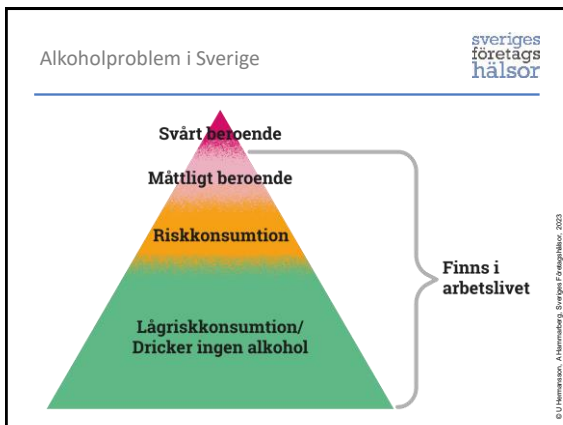
2



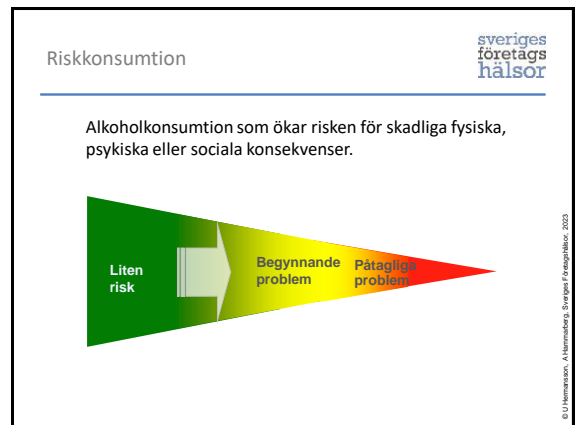
3



4



5



6

Exempel på definition av riskkonsumtion

Med ett standardglas menas:

50 cl folköl
33 cl starköl
25 cl stark-starköl
12-15 cl vin
8 cl starkvin
4 cl sprit

Höggkonsumtion
Kvinnor/män: ≥ 10 standardglas/vecka

Intensivkonsumtion
Kvinnor/män: ≥ 4 standardglas vid samma tillfälle

Vid vissa tillstånd är all alkoholkonsumtion riskabel, t.ex. vid leversjukdom, depression och graviditet.

© U Henningson, A Henningson, Sverige Företagshälsa, 2023

7

Skadligt bruk (diagnostik ICD-10)

- Bruk av alkohol på ett sätt som skadar hälsan
- Skadan kan vara fysisk, psykisk eller social/juridisk

© U Henningson, A Henningson, Sverige Företagshälsa, 2023

8

Beroende (diagnostik ICD-10)

3 av följande 6 kriterier uppfyllda (senaste 12 mån)

- ✓ Stark längtan eller känsla av tvång att ta substansen
- ✓ Svårigheter att kontrollera intaget
- ✓ Fysiska abstinenssymtom
- ✓ Ökad tolerans
- ✓ Prioritering av substansanvändning högre än andra aktiviteter och förpliktelser
- ✓ Fortsatt användning trots skadliga effekter

© U Henningson, A Henningson, Sverige Företagshälsa, 2023

9

Motiv för arbetslivet

© U Henningson, A Henningson, Sverige Företagshälsa, 2023

10

Hälsorisk
Alkohol – ”den stora sjukdomsmitatören”

- ✓ Hjärnskador och nervskador
- ✓ Högt blodtryck
- ✓ Muskelskador
- ✓ Hjärtpåverkan
- ✓ Leverskador
- ✓ Akut/Kronisk bukspottkörtel-inflammation
- ✓ Ökad cancerrisk
- ✓ Blodbrist
- ✓ Magkatarr
- ✓ Hormonpåverkan
- ✓ Vitaminbrist
- ✓ Påverkan på skelettet
- ✓ Gikt
- ✓ Hudsjukdomar
- ✓ Psykiska sjukdomar
- ✓ Fosterskador
- ✓ ...

>60 medicinska tillstånd

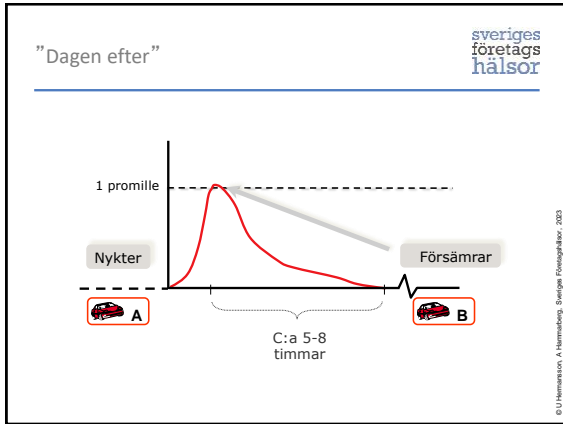
© U Henningson, A Henningson, Sverige Företagshälsa, 2023

11

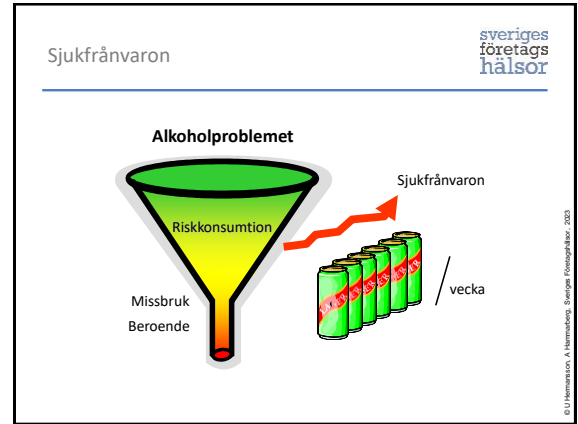
Olyckor och skador
– alkohelpåverkan

© U Henningson, A Henningson, Sverige Företagshälsa, 2023

12



13



14

Alkohol och produktivitet

sveriges företags hälsor

Frågeställning:
Kan alkohol försämra produktivitet? **Svar: JA**

Några förklaringar:

Alkohol största riskfaktor för ohälsa och för tidig död (25-59 år)

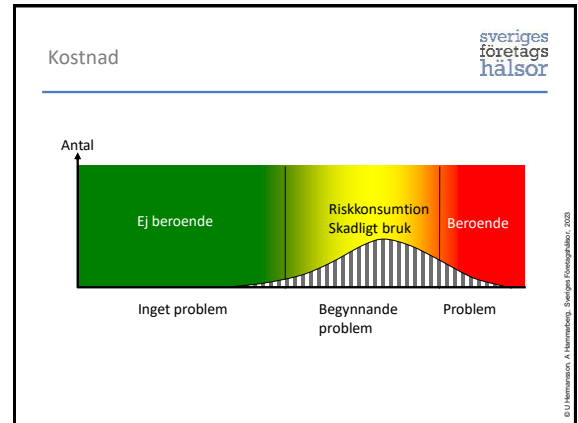
Hög alkoholkonsumtion – fem gånger ökad risk för arbetslöshet jmf med låg konsumtion

Hög alkoholkonsumtion – tre gånger ökad risk för sjukfrånvaro jmf med låg konsumtion

Hög alkoholkonsumtion inverkar på medarbetare (minskad produktivitet, extra arbete, ökad sjukfrånvaro, etc.)

© U Henningsson, A Henningsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

15



16

Sammanfattning
motiv för arbetslivet

sveriges företags hälsor

- Ohälsa
- Säkerhet
- Frånvaro
- Produktivitet
- Förhindra beroende

© U Henningsson, A Henningsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

17

Vilka motiv är (o)viktiga för oss?

sveriges företags hälsor

Ohälsa

Förhindra beroende

Produktivitet

?

Säkerhet

Frånvaro

© U Henningsson, A Henningsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

18

Exempel på signaler – "alkoholproblem"

sveriges företags hälsor

Förändringar i **beteendet**

- ✓ Korttidsfrånvaro
- ✓ Sena ankomster
- ✓ Snabbt sjunkande intresse för arbetet
- ✓ Kraftigt förändrad arbetsprestation
- ✓ Koncentrationsproblem och ökad trötthet
- ✓ Likgiltighet
- ✓ Instabilt humör
- ✓ Småljug och "dribbel"
- ✓ Ekonomiska problem
- ✓ Glömska
- ✓ Med flera ...

Ospecifika och sena

© U. Heimerlsson, A. Heimerlsson, S. Sjöberg, 2003

19

sveriges företags hälsor

Våra erfarenheter och behov

© U. Heimerlsson, A. Heimerlsson, S. Sjöberg, 2003

20

Vilket fokus – tidigt eller sent?

sveriges företags hälsor

© U. Heimerlsson, A. Heimerlsson, S. Sjöberg, 2003

21

Möjliga åtgärder

sveriges företags hälsor

© U. Heimerlsson, A. Heimerlsson, S. Sjöberg, 2003

22

15-metodens fokus

sveriges företags hälsor

© U. Heimerlsson, A. Heimerlsson, S. Sjöberg, 2003

23

15-metoden* - företagshälsan

sveriges företags hälsor

* Mottagningen för alkohol och hälsa, Riddargatan 1

© U. Heimerlsson, A. Heimerlsson, S. Sjöberg, 2003

24

Forskning kring korta interventioner

sveriges företags hälsor

Flera översiktsartiklar (screening och kort rådgivning)

- God effekt jämfört med andra behandlingsformer
- Minskad sjukvårdskonsumtion
- Minskad sjukskrivning
- Minskad dödlighet
- Kostnadseffektiv
- Behandlingseffekt - som annan medicinsk behandling

© U.Hemmanson, A.Hermansson, Sveriges Företagshälsor, 2023

25

15-metoden* - Steg 1

sveriges företags hälsor

* Mottagningen för alkohol och hälsa, Riddargatan 1

© U.Hemmanson, A.Hermansson, Sveriges Företagshälsor, 2023

26

Screening och rådgivning

sveriges företags hälsor

Screening

- ✓ Formulär
- ✓ Blodprov

Rådgivning

© U.Hemmanson, A.Hermansson, Sveriges Företagshälsor, 2023

27

15-metoden* - Steg 2

sveriges företags hälsor

Anpassad för personer > 15 poäng på AUDIT-formuläret

* Mottagningen för alkohol och hälsa, Riddargatan 1

© U.Hemmanson, A.Hermansson, Sveriges Företagshälsor, 2023

28

Fördjupad bedömning - Alkoholvanor

sveriges företags hälsor

1. Frågeformulär
2. Blodprover
3. Återkoppling – samtal

© U.Hemmanson, A.Hermansson, Sveriges Företagshälsor, 2023

29

Evidensen

sveriges företags hälsor

Finns flera effektiva behandlingsmetoder för alkoholproblem

Korta insatser är lika bra som mer omfattande vid måttligt beroende

Läkemedelsbehandling effektiv och underutnyttjad

© U.Hemmanson, A.Hermansson, Sveriges Företagshälsor, 2023

30

15-metoden* - Steg 3

Anpassad för personer > 15 poäng på AUDIT-formuläret

Steg 1 Screening/kort rådgivning (Identifiering av risk)

Steg 2 Fördjupad bedömning (Hälsokoll Alkohol)

Steg 3 Samtalsbehandling och/eller Läkemedelsbehandling

* Mottagningen för alkohol och hälsa, Riddargatan 1

© UHemansson, A Hermsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

31

15-metodens behandlingsinnehåll

- ✓ Provtagning (alkoholmarkörer) med återkoppling och rådgivning
- ✓ 3-4 samtal med motivationsinriktning + uppföljningar
- ✓ Ev. läkemedelsbehandling (minskar risk för alkoholbegär och återfall samt minskar alkoholkonsumtion)
- ✓ Självhjälp/biblioterapi: hemuppgifter och faktainformation

© UHemansson, A Hermsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

32

En tänkt modell

Vecka	1	3-4	8	12	24
	Samtal 1 Nuläge	Samtal 2 Målformulering	Samtal 3 Risksituationer och utlösande faktorer	Samtal 4 Alternativ, handlingsplaner och utvärdering	Uppföljning

© UHemansson, A Hermsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

33

Kunskapsläget – riktlinjer för arbetslivet

Riktlinjer för att förebygga och hantera alkoholproblem i arbetslivet

Syftet med riktlinjerna är att:

- Integrera de senaste vetenskapliga rönen i företagshälsans dagliga verksamhet.
- Stödja arbetsgivare som önskar kunskap om hur alkoholproblem kan motverkas i ett tidigt skede på arbetsplatsen.

© UHemansson, A Hermsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

34

Är 15-metoden (o)intressant för oss?

© UHemansson, A Hermsborg, Sverige Företagshälsa, 2023

35