

Manual

Bedömning, åtgärder och dokumentation av Alkohol i Cosmic

- All hälso- och sjukvårdspersonal ska i mötet med patienten kunna uppmärksamma riskfyllda alkoholvanor när det är kliniskt relevant. Alkohol är en riskfaktor för många av de hälsoproblem som för människor till vården, varför frågor om alkoholvanor i många fall har hög klinisk relevans. Detta klargörs på ett personcentrerat sätt, så att frågan blir relevant även för patienten.
- Frågorna i bedömningsformulär, åtgärder och kodning är validerade och framtagna efter *”Socialstyrelsens nationella riktlinjer för prevention och behandling vid ohälsosamma levnadsvanor”* och i *”Nationell vårdprogram vid ohälsosamma levnadsvanor”*.

Identifiering och bedömning AU119

- Öppna journal sen ny blankett
- Sök efter *Bedömning Alkohol*
- Fyll i bedömningsformuläret.
- Du kan också välja att göra din screening och bedömning med verktygen AUDIT-C eller ett helt AUDIT.

Nationellt vårdprogram vid alkoholisamma levnadsvanor
-prevention och behandling

Nationellt vårdprogram levnadsvanor (patient)

Alkohol

Region
JÄMTLAND
HÄRJEDELEN
Folkhälsovetenskap

Utgå från frågorna och använd standardglas för beräkning av alkoholinlag.

Hur ofta dricker du alkohol?

- ☐ Aldrig (fyll ej i följande frågor)
- ☐ 1 gång i mån. el. mer sällan
- ☐ 2-3 gånger i månaden
- ☐ 2-3 gånger i veckan
- ☐ 4 ggr per vecka eller mer

Hur många standardglas dricker du en vanlig vecka?

- ☐ < 1 standardglas/vecka
- ☐ 2-4 standardglas/vecka
- ☐ 5-9 standardglas/vecka
- ☐ 10-14 standardglas/vecka
- ☐ 15 < standardglas/vecka

Alternativt:

- ☐ standardglas/vecka

Hur ofta dricker du 4 (kvinnor) eller 5 (män) standardglas eller mer vid ett och samma tillfälle?

- ☐ Aldrig
- ☐ Mer sällan än en gång/månad
- ☐ Varje månad
- ☐ Varje vecka
- ☐ Dagligen eller nästan varje dag

Med standardglas (stgt) menas alkoholdryck med 12 gram alkohol.

Risken för friska vuxna

Kvinnor: mer än 9 standardglas/vecka alternativt 4 standardglas eller mer vid samma tillfälle.

Män: mer än 14 standardglas/vecka alternativt 5 standardglas eller mer vid samma tillfälle.

Även konsumtion under risbruksgränserna kan i vissa sammanhang medföra ökad risk, exempelvis vid graviditet, inför operation eller vid hög ålder.

Alkohol påverkar alltid din kropp. Hur mycket din kropp kan klara av är individuellt och varierar utifrån ditt hälsotillstånd. Riskbruk av alkohol innebär förhöjd risk för skadliga fysiska, psykiska och sociala konsekvenser.

FÖRÄNDR DINA ALKOHOLVANOR

Du kan förändra dina alkoholvänor även om det tar tid. Det viktiga är att du själv vill ha en förändring. Ofta går det att ändra dina vanor utan hjälp. Men det finns också hjälp att få om man behöver.

Ett viktigt steg i att genomföra en förändring är att ha ett tydligt mål. Att sätta tydliga gränser för sitt drickande är kanske den enklaste strategin du kan använda och ofta något av det första som människor brukar prova. Genom att du sätter upp och uppnår mål, väcker ditt självförtroende och din känsla av kontroll över situationen. Att uppnå en målsättning ger dig självkänsla, framgångarna bygger upp motivationen att gå vidare i arbetet.

Källor till ytterligare information
www.1177.se | Alkohol och hälsa
www.alkoholnjen.se

Uppmärksamma / Identifiera

- Öppna journal och välj Gemensamma dokument.
- Här kan du dokumentera patientens levnadsvanor med fasta svarsalternativ och eventuellt en kort förklarande fritext.
- *Alkohol* har fyra fasta svarsalternativen *Dricker ej alkohol*, *Ej riskbruk av alkohol*, *Riskbruk av alkohol*, *Beroende*.
- Samma sökord och fasta värden finns även i andra dokumentationsmallar, såsom *Inmatning levnadsvanor*

Rådgivande samtal DV 122

Rådgivande samtal bör genomföras med utgångspunkt från patientens aktuella problem, hälsotillstånd eller situation.

- Utforska patientens egna kunskaper och funderingar, erbjud därefter information i dialog.
- Återkoppla alkoholkonsumtionens betydelse för patientens aktuella problem och situation.
- Utforska motivation och beredskap till förändring.
- Upprätta en personlig plan tillsammans med patienten.

Steg	Dialog	Exempel på åtgärder
1. Koppla alkoholvanor till besöksorsak	• Vad känner du till om hur alkohol kan påverka din sjukdom/tillstånd/hälsa?	Erbjud information och koppla den till patientens aktuella hälsoläge. Använd gärna utgångspunkten vilka positiva effekter en minskad konsumtion kan innebära.
2. Fråga om alkoholvanor	• Hur många tillfällen dricker du alkohol under en vecka? • Hur många standardglas dricker du per tillfälle? • Hur tänker du kring din konsumtion? • Har du försökt sluta minska på konsumtionen någon gång? • Känner du till gränserna för riskbruk och vad riskbruk innebär?	Reflektion över alkohol och hälsa, med anpassning till aktuell besöksorsak.
3. Undersök motivationen	• Hur tänker du när du fått denna information? • Hur tänker du kring att göra en förändring?	Försök få en uppfattning om motivation till förändring.
4. Råd för minskad konsumtion	• Bestäm ett mål för konsumtionen per vecka och per tillfälle. • Registrera konsumtionen: skriv ner hur många glas det blir per dag under tre månader. • Undvik att dricka alkohol varje dag; minst två dagar per vecka bör vara alkoholfria. • Drink långsamt; minst en timme per glas.	Pröva halveringsexperimentet: rekommendera halverad konsumtion utan att gå in på aktuell mängd som konsumeras.
5. Följ upp	• Berätta, hur har det gått för dig?	Uppmuntra och bekräfta reducerad konsumtion. Erbjud utökat stöd vid behov.

Tabell 10. Rådgivande samtal om alkohol.

Kvalificerat rådgivande samtal DV123

- Ett kvalificerat rådgivande samtal rekommenderas när ett rådgivande samtal om alkohol inte lett till önskad minskning av konsumtionen.
- Ungefär en tredjedel av riskbrukarna har ett skadligt bruk, och ytterligare en tredjedel har utvecklat beroende, varav de flesta (cirka 75 procent) har ett lindrigt till måttligt beroende.
- Primärvården kan med fördel använda sig av 15-metoden
- För psykologisk behandling rekommenderar Socialstyrelsen motivationshöjande behandling (MET), kognitiv beteendeterapi (KBT) och tolvstegsbehandling som förstahandsval inom specialiserad beroendevård.



Dokumentation av åtgärd

- Gå in på sökordet Diagnos ICD
- Under Terminologi välj "KVA"
- Söktext Alkohol
- Därefter väljer du aktuell åtgärd/åtgärder
- Lägg till.

Mall Levnadsvanor - rådgivande samtal

Vårdkontakt
Välj kontakt
Händelsedatum: 2023-03-27 10:08
Vårdpersonal: Strömblad, Elisabeth, Samordnare

Diagnos ICD
Legitimationssätt
Kontaktsätt
Kontaktorsak
Aktuellt
Självs kattad hälsa
Psyiskt välmående
Livssituation
Sömnvanor
Stress
Kostvanor
Motion
Alkohol
Tobak
Blodtryck (utökat)
Laboratorieprover
Läkemedel
Motivation
Mål
Kostvanor

Diagnos ICD
PATIENTENS TIDIGARE KODER
Inom vårdkontakten Alla tidigare
Terminologi: KVA Sök: alkoho

SÖK EFTER KODER

Terminologi	Kod	Beskrivning
KVA	AU119	Strukturerad bedömning av alkohol- och drogvanor
KVA	DV121	Enkla råd om alkoholvanor
KVA	DV122	Rådgivande samtal om alkoholvanor
KVA	DV123	Kvalificerat rådgivande samtal om alkoholvanor

Lägg till

Dokumentationsmall: Levnadsvanor- Rådgivande samtal

FÖR PRIMÄRVÅRDEN

- Dokumentationsmallen "levnadsvanor – rådgivande samtal" är speciellt framtagen för att vara ett stöd i det rådgivande och kvalificerat rådgivande samtalet. Använd de sökord som är aktuella för just ditt samtal.
- Hur hittar du mallen?
Gå in på "Journal" och "Ny anteckning". Mallen hämtas genom att gå in på "Lägg till fler alternativ" i rullistan och där lägga till mallen.
- När denna mall används uppdateras levnadsvanor i Gemensamma dokument automatiskt.

The screenshot displays a medical software interface. The top header shows the user 'Elisabeth Strömblad, eh1, Kvalitetsgranskare per enhet' and the patient '20 120413-2391, TESTSSON, TESTOLLE, 10år 11m'. The left sidebar contains a menu with options like 'Mina GENVÄGAR', 'Insight', 'Journal', and 'Min översikt'. The main area shows a form for 'Ny anteckning 20 120413-2391 TESTSSON, TESTOLLE'. The form includes fields for 'Vårdkontakt' (Strömblad, Elisabeth, Samordnare), 'Händelsedatum' (2023-03-27 10:08), and a section for 'Diagnos ICD' with a search bar. Below this is a 'Legitimationssätt' section with checkboxes for 'ID-kort/Körkort/Pass', 'Känd person', 'Anhörings legitimation', 'Identifierad av polis', and 'LMA-kort'. The bottom of the form has buttons for 'Spara', 'Spara och stäng', and 'Signera'.

Uppföljning – Målet uppnått

FÖR PRIMÄRVÅRDEN

- Då du dokumenterar uppföljning av ett rådgivande eller kvalificerat rådgivande samtal om alkohol kan du med fördel använda sökordet *Resultat, Målet uppnått alkohol* med de fasta svarsalternativen *Ja* eller *Nej*.
- Dessa sökord återfinns i dokumentationsmallen *Levnadsvanor – rådgivande samtal*.

Motivation

Mål

- Kostvanor
 - Delmål
- Motion
 - Delmål
- FAR
- Alkohol
 - Delmål
- Tobak
 - Delmål
- Resultat
 - Målet uppnått kost
 - Målet uppnått tobak
 - Målet uppnått alkohol
 - Målet uppnått fysisk aktivitet
 - Målet uppnått FaR
 - Målet uppnått Sömnvanor
 - Målet uppnått Stress
 - Målet uppnått individuellt delmål
- Bedömning
- Planering

Varukontakt: Välj kontakt

Varupersonal: Strömblad, Elisabeth, Samordnare

Händelsedatum: 2023-03-27 10:08

Målet uppnått tobak

Ja Nej Bibehållet efter 6 månader Bibehållet efter 12 månader

Kommentar

Målet uppnått alkohol

Ja, ej riskbruk Nej, fortsatt riskbruk Nej, beroende

Kommentar

Målet uppnått fysisk aktivitet

Ja Nej

Kommentar

Målet uppnått FaR

Spara Spara och ställ

Sammanfattningsvis

Vad är det som ska dokumenteras?

Uppmärksamma

Sökord Alkohol

Fasta värden

Dricker ej alkohol
Ej riskbruk av alkohol
Riskbruk av alkohol
Beroende

ÅTGÄRD

Åtgärds kod (KVÅ kod)

AU119 – Strukturerad bedömning av alkohol- och drogvanor
DV122 - Rådgivande samtal om alkoholvanor
DV133 - Kvalificerat rådgivande samtal om alkoholvanor

UPPFÖLJNING

Resultat kod

Målet uppnått alkohol
Ja
Nej