

Voor: professionele ouderenadviseurs, verzorgenden thuiszorg, fysiotherapeuten, ergotherapeuten, apothekers, apothekersassistenten, medewerkers Vraagwijzer / loket Zorg en Inkomen van gemeenten. Diëtisten en professionele ouderenadviseurs kunnen naar wens ook zorgpad 2 - Signaleren en interveniëren, gebruiken.

Definities

Aanvaardbaar alcoholgebruik:

- Voor gezonde, volwassen mannen: max. 2 standaardglazen per dag.
- Voor gezonde, volwassen vrouwen: max. 1 standaardglas per dag.
- Voor 55 +: max. 1 standaardglas per dag.
- Hierbij wordt geadviseerd om minstens 2 dagen per week geen alcohol te drinken om gewoonte te voorkomen.

Problematisch gebruik:

Een drinkpatroon dat leidt tot:

- lichamelijke klachten en/of
 - psychische of sociale problemen en/of
 - verhindert dat bestaande problemen adequaat worden aangepakt.
- Hoeveelheid alcohol is daarbij van ondergeschikt belang.

Signalen/ Risico-indicatoren

Alcohol gerelateerde signalen

- Dronken of onder invloed zijn
- De persoon ruikt naar alcohol of sterke geuren ter maskering
- Vroeg op de dag drinken
- Vermoeden op stiekem drinken

Sociale problemen

- Sociaal isolement
- Problemen met andere bewoners
- Problemen met familie en vrienden
- Problemen met afspraken (niet op tijd komen)
- Financiële problemen
- Rijden onder invloed

Psychische klachten

- Angsten
- Neerslachtigheid
- Slapeloosheid

Lichamelijke klachten

- Overmatig transpireren
- Grote vermoeidheid
- Concentratie- geheugenstoornissen
- Overgewicht (bij mannen)
- Tremoren
- Maag-, lever-, bovenbuikklachten
- Valincidenten

Opmerkingen uit de omgeving

- Melding van zorgelijk gedrag door partner, familie, burens of werk

Audit-c

Per vraag score getal invullen

1. Hoe vaak drinkt u alcoholische dranken?

0		nooit
1		1 keer per maand of minder
2		2-4 keer per maand
3		2-3 keer per week
4		4 of meer keer per week

2. Hoeveel glazen alcoholische drank gebruikt u op een typische dag waarop u alcohol drinkt?

0		1 of 2
1		3 of 4
2		5 of 6
3		7 of 9
4		10 of meer

3. Hoe vaak drinkt u 6 of meer glazen alcoholische dranken op een gelegenheid?

0		nooit
1		1 keer per maand of minder
2		2-4 keer per maand
3		2-3 keer per week
4		4 of meer keer per week

Totaalscore

De Audit C is een gevalideerd screeningsinstrument. Daarbij staan afkappunten niet ter discussie.

Een positieve AUDIT C is 5 of meer voor mannen en 4 of meer voor vrouwen.

Bij 55 plussers is dat in Nederland 4 of hoger.

De score geeft richting voor uit te zetten acties. Zie achterzijde.

Acties

Score Audit C 0 - 3 → Geen actie

Score Audit C 4 - 12 → Onderstaande acties:

Verzorgende:

- Meld je vermoedens bij de wijkverpleegkundige. Zij gaat in gesprek met de cliënt.

Overige signaleerders:

- Zie acties en tips voor gesprek op pagina 2.

Stappen en acties

- Vraag bij een leefstijlanamnese gewoon naar werk en vrijetijdsbesteding, omgaan met stress, lichaamsbeweging, eten, roken én alcohol.
- Herken signalen! Toets je vermoeden door het afnemen van de Audit C.
- Ga uit van de gepresenteerde klachten en de score audit C. Deze kun je in verband met elkaar brengen door bijvoorbeeld te vragen:

Bij mensen die dezelfde klachten hebben als u kunnen deze klachten verband houden met alcoholgebruik. Heeft u wel eens overwogen dat uw klachten samen kunnen hangen met alcoholgebruik?
- Vaak is de cliënt zich niet bewust van het risicovol alcoholgebruik. Geef de folder Alcohol, mij'n zorg?!
- Adviseer de cliënt om contact op te nemen met de huisarts voor verder advies over het mogelijk risicovol alcoholgebruik.
- Mocht de cliënt niet open staan voor gesprek met de huisarts, bespreek of hij mogelijk contact met een andere hulpverlener wil, zoals maatschappelijk werk of verslavingszorg IrisZorg tel 088 - 606 1600
- Je mag altijd zelf IrisZorg consulteren en een casus anoniem voorleggen. Tel 088-606 1600.
- Onderhoud contact. Vraag terug aan cliënt of hij/zij actie heeft ondernomen.
- Staat de cliënt niet open voor zorg dan dat je in het contact met de cliënt het thema weer een ander keer terug laat komen.
- Rapportage van advies in eigen / gezamenlijk dossier.

Andere adviezen indien de cliënt hier voor open staat:

- www.thuisarts.nl/alcohol met informatie en adviezen
- Invullen www.drinktest.nl
- Alcoholdagboek. Het voor zichzelf laten noteren hoeveel en wat de cliënt drinkt per dag gedurende een week bij welke situatie en welk gevoel dat geeft.
- Bespreken of 40 dagen zonder alcohol een optie is: cliënt een paar dagen/ weken niet laten drinken.

Tips voor gesprek

- Een veelgebruikte opening is ook om het onderwerp alcohol te verbinden met medicijngebruik.
- Beschouw alcohol als een van de risicofactoren voor gezondheid.
- Geef objectieve informatie: de norm voor aanvaardbaar gebruik en risico's van alcoholgebruik.
- Benader alcohol zonder afkeuring, maar relativeer het ook niet.

Niet doen

- Etiketteren. Woorden als 'alcoholist' en 'verslaafd' zijn negatief en roepen weerstand op.
- Cliënt/patiënt overtuigen dat er een probleem is.
- Te snel ingrijpen en niet de tijd nemen om iemand zijn/haar verhaal te laten doen.
- Ongevraagde adviezen geven.
- Het probleem relativiseren.

Dit zorgpad is gebaseerd op:

- Multidisciplinaire richtlijn stoornissen in alcoholgebruik (Trimbos-instituut, 2009); NHG-standaard Problematisch alcoholgebruik; Handleiding Bouwstenen Zorgpaden basis GGZ Zorgpad problematisch alcoholgebruik, Robuust

Geaccordeerd door lokale werkgroep 'Alcohol, mij'n zorg?!', Heumen en Mook&Middelaar, onder begeleiding van Iriszorg. Samenwerkende partijen 'Alcohol, mij'n zorg?!': gezondheidscentrum De Kroonsteen - De Vuursteen, ZZG zorggroep, Malderburch - centrum voor welzijn, wonen en zorg, KBO, beide gemeenten, GGD en ELG.

Dit project is een 'eerstelijnsatelier' waarbij Eerstelijns geneeskunde (ELG) van de Radboud universiteit, ZZG zorggroep, Iriszorg, Trimbos instituut en IQ Healthcare betrokken zijn, naast de deelnemende 'ateliers' Hazenkamp, Lent en Heumen/Mook&Middelaar.