

## Utbildning om äldres hälsa och vilken roll alkoholen spelar

Konferenslokalen blev välfylld i Umeå när Västerbottens Läns Nykterhetsförbund (VLN) arrangerade utbildningsdag om äldres hälsa. Riksdagsledamoten Barbro Westerholm medverkade som föreläsare tillsammans med Maria Wennberg, Umeå universitet samt Gunnel Lagerkvist, projekt "Guldkant eller riskbruk".

Ann-Marie Lindgren, vice ordförande i VLN (även distriktsordförande Blå Bandet i Västerbotten) inledde med att berätta om arrangören samt informerade om material samt vandringsutställning "Rum i ditt hjärta" som finns att låna.

- Jättefantastiskt roligt att så många har möjlighet att vara med idag!

Barbro Westerholm är riksdagsledamot (L) 1988-1999 och nu invald för andra gången efter uppehållet. Hon har en bakgrund som läkare, läkemedelsforskning samt chef för Socialstyrelsen.

Under föredraget tog hon upp om åldersdiskriminering och berättade om ett nytt ord som hon försöker få med i Svenska Akademiens ordlista: "Årsrika". Det syftar på att äldre är rika på antal levda år, kunskap och livserfarenhet.

- Alkoholen har en oroande ökning, väldig skillnad i dryckesmönster mot tidigare, det flyttar med upp i åldrarna, sa Westerholm.

Maria Wennberg arbetar som dietist och forskar om kostvanor och hälsa där alkohol ingår. Hon presenterade en stor internationell studie om bl.a. hjärt- och kärlsjukdomar. Den visade att det kan finnas positiva effekter av alkohol för att motverka infarkt men för andra hjärtsjukdomar var det negativt med alkohol.

- Alkohol är inget vi behöver för att överleva, poängterade dock Wennberg.

Gunnel Lagerkvist berättade om alkohol som riskbruk.

- Konsumtionsökningen är störst bland 75-åriga kvinnor, sa Lagerkvist och bland förklaringarna finns "bag in box-viner", bättre ekonomi och ökat resande.

Bertil Forsberg, ordförande i VLN (även medlem i Blå Bandet), avslutade med att kommentera dagens föreläsningar. När det gäller studien finns en del svagheter, t.ex. att alla inte är med i studien då de som vid svarstillfället inte drack alkohol sållades bort med motiveringen att nyktra påverkar resultatet. Men det kan vara så att en del tidigare har druckit mycket alkohol och därmed faller bort som riskfaktor i studien.

Utbildningsdagen arrangerades på Hotell Björken i Umeå och var kostnadsfri genom bidrag från Västerbottens läns landsting.

PER-OLOF SVENSSON