



Årsrika människor och alkohol

Barbro Westerholm Skellefteå 2019-11-11

Vilka talar vi om?

Inte ett kollektiv utan individer som lagt år till livet






Några ord om hälsan

- Mellan 1870 och 1970 ökade vi vår livslängd med 30 år,
- Idag blir kvinnor i snitt 84 år, män 81 år
- Orsaker – bättre bostäder, bättre mat, rent vatten, bättre arbetsmiljö, bättre ekonomi, medicinska framsteg
- 93 % av 65 + klarar sig själva, 7 % behöver vård och omsorg dygnet runt



Hälsorisker

- Att inte känna sig behövd
- Ensamhet
- Tobaksbruk
- Överbruk av alkohol
- Narkotikamissbruk
- Felaktig kost
- Brist på fysisk aktivitet
- Felaktig läkemedelsbehandling
- Oskyddat sex



Vad vet vi om åsrika människor och alkohol

*Socialstyrelsen: Vård och omsorg om äldre,
Lägesrapport 2019*

- Ökad konsumtion bland åsrika, vad ligger bakom?
 - Behållit sitt förhållningssätt från ungdomen (60-, 70-tal)
 - Bättre köpkraft
 - Ökad tillgänglighet
 - (- Lådvinerna)

Men brist på forskning – ett exempel på åldersdiskriminering



Äldre och alkohol

Rapporter

Om utmaningarna inom äldreomsorgen i Norden.

Nordens välfärdscenter

- Dagens 65-75 åringar mer liberal hållning till alkohol.

Alkoholen och samhället 2019 Alkohol och äldre

Göteborgs universitet, Centrum för utbildning och forskning, Svenska Läkaresällskapet, Svensk sjuksköterskeförening, Stiftelsen ansvar för framtiden

- Personer 15 år födda mellan 1951 och 1989:
- de födda 1978 – 1991 har lägre konsumtion än de som föddes 1966 – 1977 och 1992 och 2004



Riskbruk – ett riskskapande sätt att använda alkohol men rekommendationerna varierar


- Män – mer än 14 standardglas per vecka (Ett standardglas per dag, högst två samma dag)
- Kvinnor mer än nio standardglas per vecka (ett standardglas om dagen)

- Män, 65 – 84 år, ökat från 8 % (2004) till 10 % (2015)
- Kvinnor, 65- 84 år, ökat från 3 % (2004) till 6 % (2015)



Högre risk hos åsrika människor

- ▶ Åsrika personer har mindre andel vatten i kroppen än yngre och kvinnor mindre än män. Därför når de en högre promillehalt än yngre vid samma intag av alkohol. Minskning av enzymet alkoholdehydrogenas.
- ▶ Alkohol aktiverar kroppens stressystem med ökad mängd kortisol. Leder under längre tid till negativ inverkan på blodtryck, diabetes, benskörhet, mottaglighet för infektioner (depression, Alzheimer?)



Mer om högre risk

- ▶ Det finns genetiska skillnader. Vissa folkgrupper i t.ex. Japan och södra Kina har långsam nedbrytningshastighet.
- ▶ Läkemedel och alkohol kan ge interaktioner: warfarin, fenytoin paracetamol genom påverkan av nedbrytning. Läkemedel med centralnervösa effekter kan förstärka: opioider, bensodiazepiner, antidepressiva
- ▶ Vissa sjukdomar: Hjärt-kärlsjukdom, myopati, osteoporos, gikt, cancer ssk. munhåla, svalg, struphuvud, matstrupe, lever, mage (prostata, bukspottkörtel?), bukspottkörtelinflammation, levercirrhos m. fl., m. fl.
- ▶ Fall- och trafikolyckor inte att förglömma



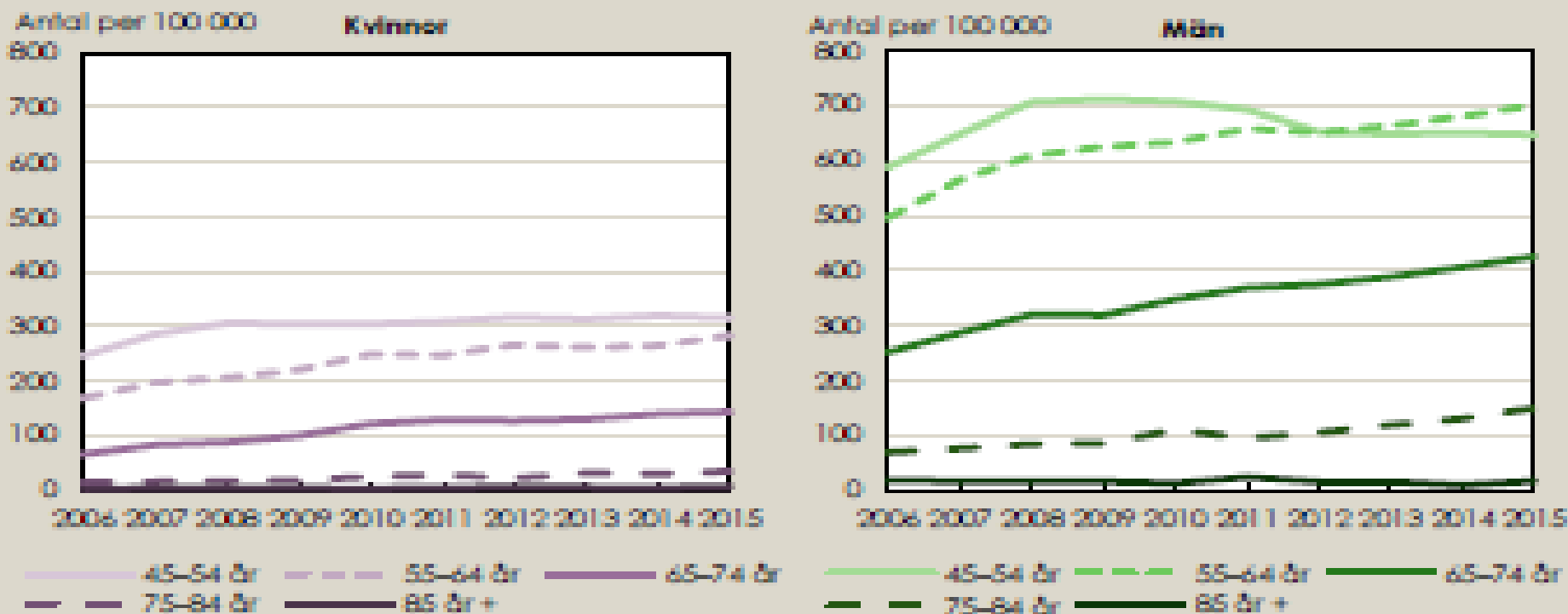
Årsrika kvinnor - alkoholberoende

- Sen debut
- Bättre utbildade
- Dricker ofta ensamma
- Änkor en riskgrupp
- Söker lättare till behandling och är lättare att behandla än äldre män
- Mer forskning behövs

Andelen kvinnor och män med alkoholrelaterade diagnoser ökar från 55 års ålder (Socialstyrelsen 2017)

Figur 3. Vård inom den specialiserade öppenvården för alkoholberoende

Antal per 100 000 invånare som vårdats inom den specialiserade öppenvården med diagnoser relaterade till alkoholberoende*. Kvinnor och män 45 år och äldre åren 2006–2015.



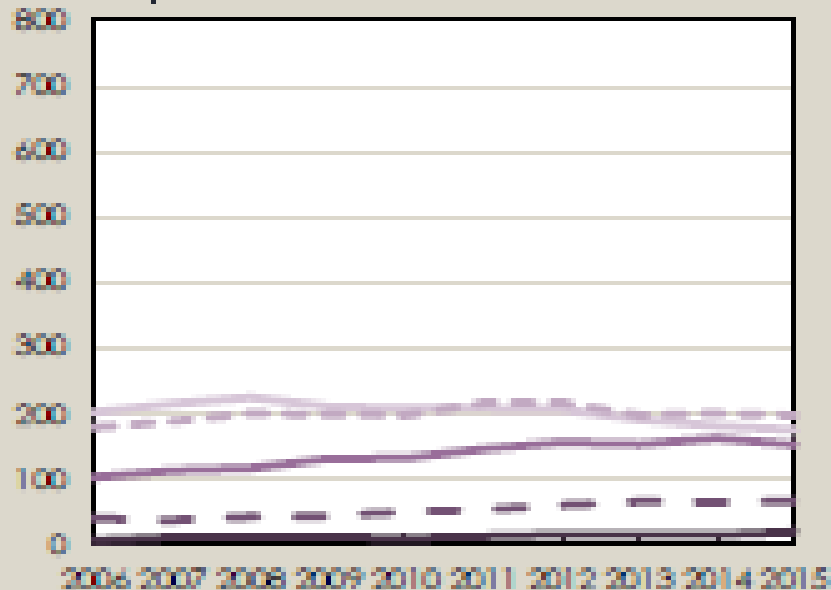
* ICD10: F101-F106, Z502, Z714.
Källa: Patientregistret, Socialstyrelsen.

Andelen kvinnor och män inom slutenvården med alkoholrelaterade diagnoser (Socialstyrelsen 2017)

Figur 4. Vården inom slutenvården för alkoholberoende

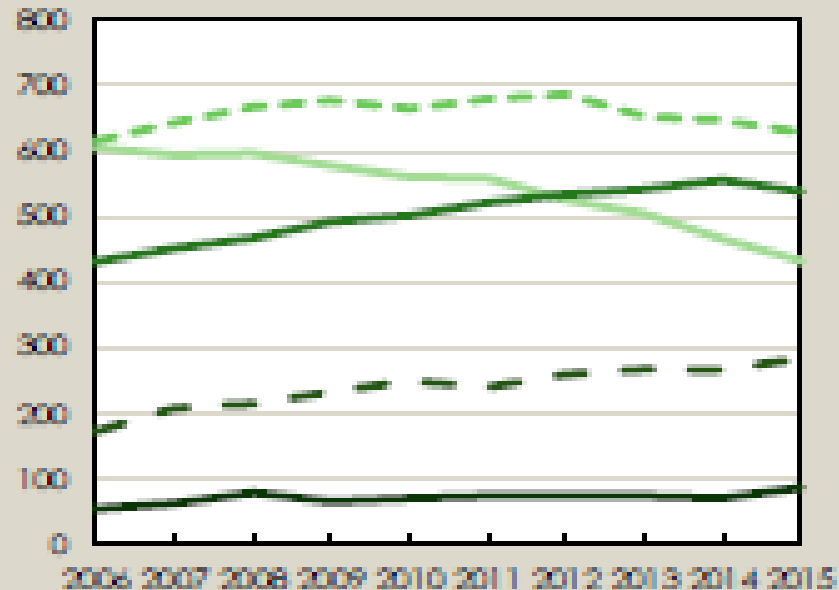
Antal per 100 000 invånare som vårdats inom slutenvården med diagnoser relaterade till alkoholberoende*. Kvinnor och män 45 år och äldre åren 2006–2015.

Antal per 100 000 **Kvinnor**



— 45-54 år — 55-64 år — 65-74 år
- - 75-84 år — 85 år +

Antal per 100 000 **Män**



— 45-54 år - - 55-64 år — 65-74 år
- - 75-84 år — 85 år +

* ICD10: F101-F106, Z502, Z71-4.

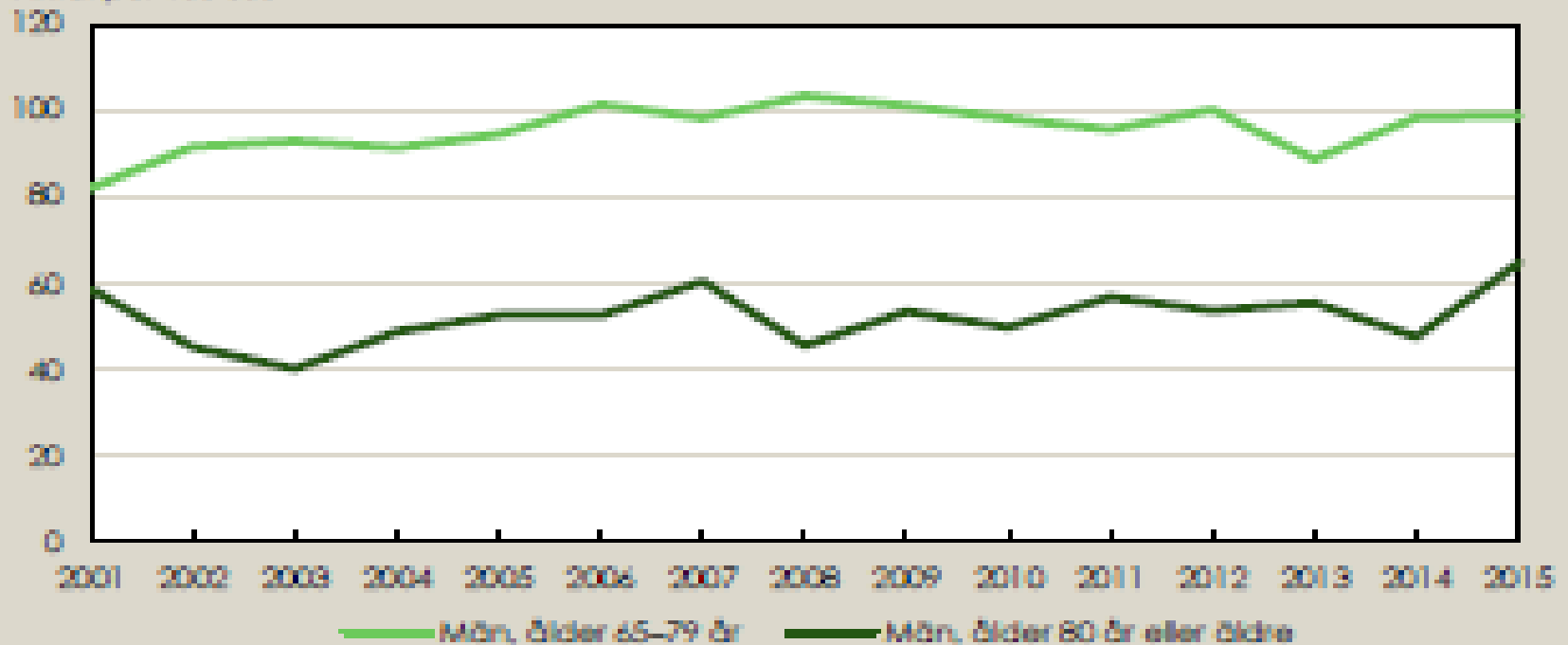
Källa: Patientregistret, Socialstyrelsen.

Alkoholrelaterad dödlighet bland män 65 + (Socialstyrelsen 2017)

Figur 5. Alkoholrelaterad dödlighet bland män i riket 2001–2015

Antal döda per 100 000 av alkoholrelaterade orsaker bland män i åldersgruppen 65–79 år och 80 år eller äldre 2001–2015.

Antal per 100 000



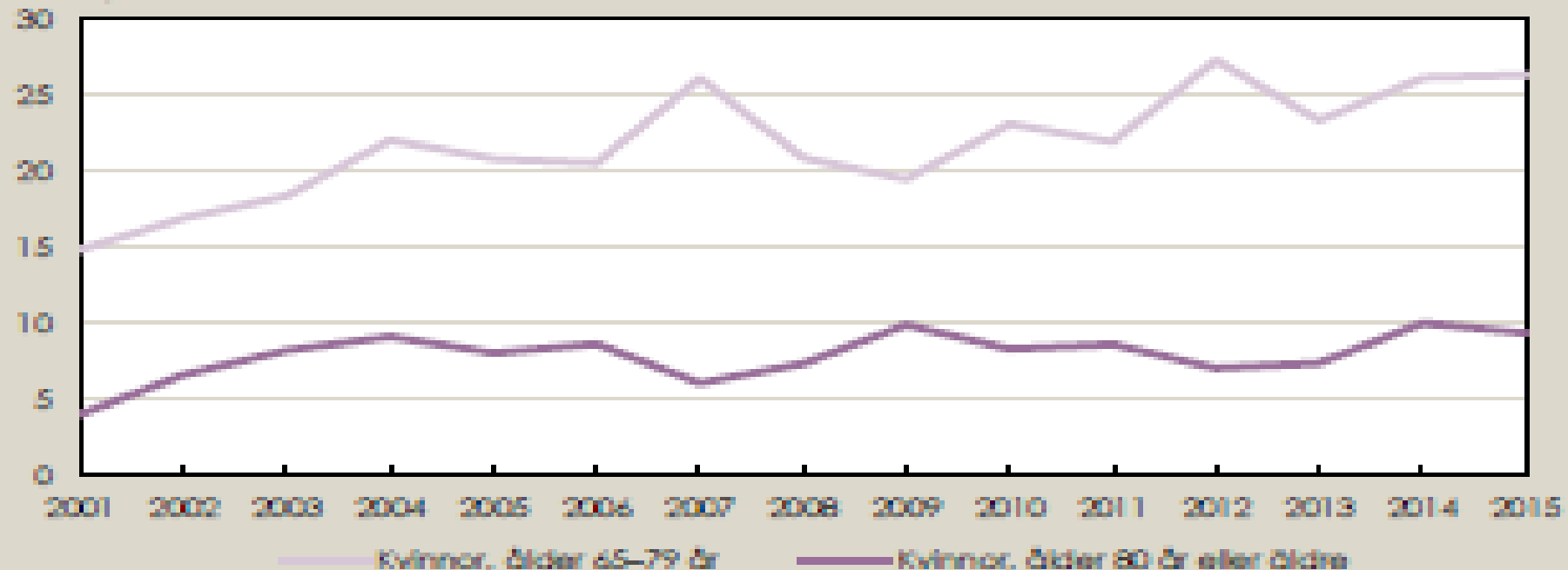
Källa: Dödsorsaksstatistik. Socialstyrelsens statistikdatabas 2016-10-18.

Alkoholrelaterad dödlighet bland kvinnor 65+ (Socialstyrelsen 2017)

Figur 6. Alkoholrelaterad dödlighet bland kvinnor i riket 2001–2015

Antal döda per 100 000 av alkoholrelaterade orsaker bland kvinnor i åldersgruppen 65–79 år och 80 år eller äldre år 2001–2015.

Antal per 100 000



Källa: Dödsorsaksstatistik. Socialstyrelsens statistikdatabas 2016-10-18



Antal alkoholrelaterade dödsfall
bland kvinnor i absoluta tal

2001: 99; 2015: 223




Kvinnor 60 + misstänkta för rattfylleri
tredubblades mellan åren 2000 och 2011,
från 4 till 12 procent



Allt fler kommuner har rutiner för att hantera riskbruk och missbruk av alkohol hos årsrika

- ▶ 16 % av kommunerna har 2018 rutiner för hur biståndshandläggare ska agera när personer med äldreomsorg visar tecken missbruk av alkohol och andra droger (12 % 2017)
- ▶ 40 % av hemtjänstverksamheten har aktuell rutin för hur personalen ska agera vid misstanke om eller upptäckt av att en enskild årsrik är beroende av eller missbrukar alkohol och andra beroendeframkallande medel (35 % 2017)




Också andra behöver veta vad man bör göra vid upptäckt av en åsrik persons alkoholmissbruk/beroende

- Närstående, grannar
- Primärvården



Alkohol i vård- och omsorgsboendena

- Olika policys
 - Ett glas vin/öl till maten
 - Dricka på rummet
 - Lågtröskelboenden
- 



Våld och övergrepp ett särskilt kapitel

Hur informera om alkoholens risker för årsrika människor



Äldre dricker allt mer alkohol. Bland 75-åriga kvinnor har riskdrickandet blivit 15 gånger vanligare jämfört med för 30 år sedan. Nu söker Hela Människan ambassadörer med uppgift att informera om äldres hälsa och alkohol.



Vilka är "ambassadörerna"

Många har ett ansvar

- Socialstyrelsen, Folkhälsomyndigheten
- Kommuner, regioner
- Medierna
- Civilsamhället med sina olika organisationer
- Det nära nätverket
- M.fl.

Årsrika människor och alkohol

En fråga och ett svar



Finns ofarligt drickande av alkohol?

Hur mycket alkohol kan jag dricka utan att det blir farligt för kroppen och knoppen? Frågan är lika vanlig som svårbesvarad. Men en sak är säker: Ju mindre du dricker, desto bättre är det.

Det finns inget ofarligt drickande. Däremot finns något som kallas för riskbruk eller riskkonsumtion. Det är en alkoholkonsumtion som medför förhöjd risk för skadliga fysiska, psykiska och sociala konsekvenser.



Tack för att ni lyssnade
och nu diskussion