PRILOGA 37: PITJE ALKOHOLNIH PIJAČ

Presejanje

Vprašanja o pitju alkohola so lahko občutljive narave, zato je smiselno, da jih postavljamo v paketu vprašanj v sklopu vedenjskih dejavnikov tveganja.

Postavimo vprašanje: "Ali pijete pijače ali uživate hrano, ki vsebujejo alkohol?" Če je odgovor na vprašanje o pitju alkohola "ne", postavimo podvprašanje: "Od kdaj ne pijete več alkohola?"

Če z odgovorom na podvprašanje lahko potrdimo odsotnost pitja, sledi pozitivna potrditev in zaključek obravnave glede pitja alkohola. Če v odgovoru na podvprašanje razberemo pitje alkohola, nadaljujemo z vprašanji po vprašalniku AUDIT-C.

Če z vprašanji iz vprašalnika AUDIT-C ugotovimo, da gre pri pacientu za manj tvegano pitje, in hkrati ne spada v posebej rizično skupino (npr. kronični bolniki, nosečnice), pacientu nudimo pozitivno potrditev njegovega vedenja v odnosu do alkohola (afirmiramo pacientov odnos do pitja alkohola in vedenje), ga informirano o priporočilu stroke o alkoholu: čim manj ali nič, o prednostih manj tveganega pitja oz. abstinence, mejah manj tveganega pitja alkohola in posledicah čezmernega pitja alkohola.

Če ugotovimo, da gre pri pacientu za manj tvegano pitje in pacient spada v posebej rizično skupino, kjer se priporoča vzdržnost od alkohola, obravnavo nadaljujemo.

Če z vprašalnikom AUDIT-C ugotovimo, da gre pri pacientu za čezmerno pitje, nadaljujemo z vprašanji vprašalnika AUDIT-10.

Vprašanja iz AUDIT-10, ki jih moramo zelo dobro poznati, postavimo v kontekstu pogovora s pacientom in jih vpletemo v pogovor. Vrednotenje lahko na osnovi zapiskov opravimo tudi pozneje, ko obisk dokumentiramo. Glede na ugotovitve se odločimo za vrsto nadaljnje obravnave.

Svetovanje

Odvisno od ugotovitev, ali gre za manj tvegano pitje, tvegano pitje, škodljivo pitje ali sum na sindrom odvisnosti od alkohola (SOA) oziroma, ali svetovanje lahko izvede sama, ali pacienta usmeri k drugim strokovnjakom, se medicinska sestra v patronažnem varstvu odloči za nadaljnje korake:

a) Obravnavo nadaljuje medicinska sestra sama: V primeru tveganega škodljivega pitja alkohola je priporočeno, da se izvede svetovanje z elementi motivacijskega intervjuja na do petih obiskih, ki si sledijo v predpisanih intervalih. Za izvajanje svetovanja z elementi motivacijskega intervjuja je potrebno obvezno pridobiti dodatna znanja. Strukturirani kratki posvet ali kratek nasvet se izvede tudi v primeru pacienta iz posebej rizične skupine, ki pije pod siceršnjimi mejami manj tveganega pitja alkohola.
b) Pacienta usmeri k drugim strokovnjakom: Če pacient, ki pije tvegano ali škodljivo, ne želi, da svetovanje izvaja medicinska sestra v patronažnem varstvu, in si želi nadaljnje obravnave, ga usmeri v ambulanto družinske medicine, k osebnemu zdravniku ali v ZVC/CKZ.

Nekatere ljudi, ki pijejo škodljivo, je smiselno podobno nadalje obravnavati oz. zdraviti kot zasvojene, čeprav ne izpolnjujejo meril za zasvojenost. To pride v poštev npr. predvsem pri tistih, ki so že več kot enkrat neuspešno poskušali zmanjšati ali opustiti pitje in imajo resnejše težave zaradi pitja alkohola.

Če obstaja sum na SOA, se pacienta usmeri k osebnemu zdravniku oz. psihiatru alkohologu za postavitev diagnoze SOA in nadaljnjo obravnavo. Seznani ga tudi z drugimi viri pomoči: terapevtskimi skupinami (npr. Društvo Žarek upanja, Abstinent), skupinami samopomoči (npr. AA, Al-Anon) ipd.

Ča so prisotne še socialne stiske, pacienta usmeri tudi na center za socialno delo. Več o virih pomoči si lahko vsi pacienti ogledajo na: https://sopa.si/.

Pripomoček za odkrivanje čezmernega pitja alkohola

AUDIT-C

1. Kako pogosto ste v zadnjih 12 mesecih pili pijače, ki vsebujejo alkohol (pivo, vino, žgane pijače, likerje, koktajle, mošt, tolkovec, medico ...)?

(0) nikoli
(1) enkrat na mesec ali manj
(2) 2- do 4-krat na mesec
(3) 2- do 3-krat na teden
(4) 4- ali večkrat na teden)

2. Koliko meric pijače, ki vsebuje alkohol, ste v zadnjih 12 mesecih ponavadi popili takrat, kadar ste pili? (Ena merica je 1 dcl vina ali 2,5 dcl piva ali tolkovca ali 0,3 dcl, »eno šilce« žgane pijače.)

(0) od nič do 1 merice
(1) 2 merici
(2) 3 ali 4 merice
(3) 5 ali 6 meric
(4) 7 ali več meric

3. Kako pogosto se je v zadnjih 12 mesecih zgodilo, da ste popili (moški) 6 meric ali več oz. (ženske) 4 merice ali več ob eni priložnosti?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) 1- do 3-krat na mesec
(3) 1- do 3-krat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

Ocena: Seštevek števil pred izbranimi odgovori izraža vrednost skrajšanega testa AUDIT. Vrednost 6 ali več točk za moške oziroma 5 ali več točk za ženske kaže, da oseba pije tvegano, škodljivo ali je zasvojena z alkoholom.

AUDIT 10

1. Kako pogosto ste v zadnjih 12 mesecih pili pijače, ki vsebujejo alkohol (pivo, vino, žgane pijače, likerje, koktajle, mošt, tolkovec, medico ...)?

(0) nikoli
(1) enkrat na mesec ali manj
(2) 2- do 4-krat na mesec
(3) 2- do 3-krat na teden
(4) 4- ali večkrat na teden

2. Koliko meric pijače, ki vsebuje alkohol, ste v zadnjih 12 mesecih ponavadi popili takrat, kadar ste pili? (Ena merica je 1 dcl vina ali 2,5 dcl piva ali tolkovca ali 0,3 dcl, »eno šilce« žgane pijače.)

(0) od nič do 1 merice
(1) 2 merici
(2) 3 ali 4 merice
(3) 5 ali 6 meric
(4) 7 ali več meric

3. Kako pogosto se je v zadnjih 12 mesecih zgodilo, da ste popili (moški) 6 meric ali več oz. (ženske) 4 merice ali več ob eni priložnosti?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) 1- do 3-krat na mesec
(3) 1- do 3-krat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

4. Kako pogosto se vam je v preteklem letu zgodilo, da potem, ko ste enkrat začeli piti, niste mogli prenehati s pitjem?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) nekajkrat na mesec
(3) nekajkrat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

5. Kako pogosto se vam je v preteklem letu zgodilo, da zaradi pitja niste mogli opraviti tistega, kar se je od vas pričakovalo?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) nekajkrat na mesec
(3) nekajkrat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

6. Kako pogosto se vam je v preteklem letu zgodilo, da ste potrebovali alkoholno pijačo že zjutraj, da bi si z njo opomogli po prekomernem pitju prejšnjega dne?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) nekajkrat na mesec
(3) nekajkrat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

7. Kako pogosto se vam je v preteklem letu zgodilo, da vas je po pitju pekla vest ali pa ste imeli občutke krivde zaradi pitja?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) nekajkrat na mesec
(3) nekajkrat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

8. Kako pogosto v preteklem letu se niste mogli spomniti, kaj se je zgodilo prejšnji večer, ker ste takrat preveč pili?

(0) nikoli
(1) manj kot enkrat na mesec
(2) nekajkrat na mesec
(3) nekajkrat na teden
(4) vsak dan ali skoraj vsak dan

9. Ali je bil zaradi vašega pitja kdo poškodovan (vi sami ali kdo drug)?

(0) Ne
(2) Da, vendar ne v preteklem letu
(4) Da, v preteklem letu

10. Ali je kak vaš sorodnik, prijatelj, zdravnik ali drugi zdravstveni delavec že pokazal zaskrbljenost zaradi vašega pitja ali vam morda predlagal, da bi pili manj?

(0) Ne
(2) Da, vendar ne v preteklem letu
(4) Da, v preteklem letu

Ocena AUDIT-10: Seštevek števil pred izbranimi odgovori izraža vrednost testa AUDIT.

Vrednost 6 in več točk za moške oziroma 5 in več točk za ženske odkriva osebo, pri kateri obstaja zvečano tveganje za nastanek socialnih in zdravstvenih težav zaradi pitja alkohola. Vrednosti testa 13 točk ali več pri moških in ženskah kažejo na zvečano verjetnost za škodljivo pitje alkohola ali celo zasvojenost.

MOŠKI	KAZALNIK	ŽENSKE
0–5	Manj tvegano pitje	0–4
6–12	Tvegano pitje	5–12
13–19	Škodljivo pitje	13–19
20 in več	Zasvojenost z alkoholom	20 in več