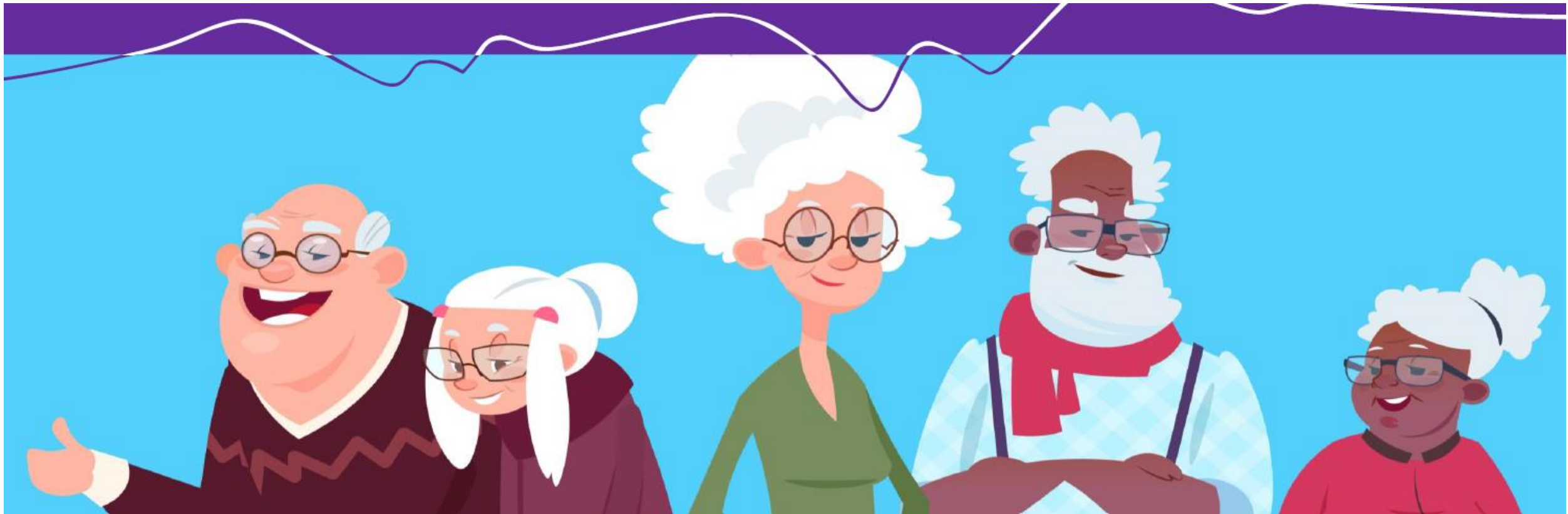




Aldring, alkohol og legemidler

Nettverkssamling Trondheim 5.9.23





Faktabokser:

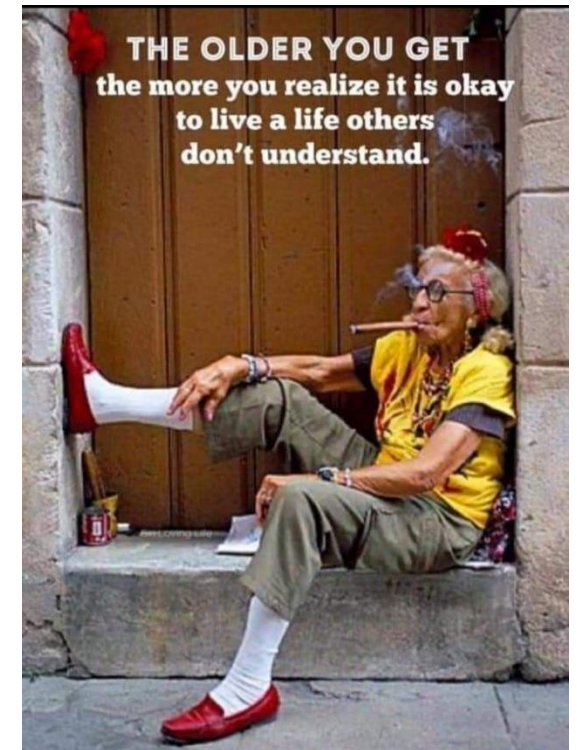
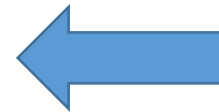
Eldre drikker oftere enn yngre, men drikker mindre mengder og svært sjelden til beruselse



Kan de ikke bare kose seg litt?



Ikke alle er klar over at kroppens evne til å håndtere alkohol endres med alderen



Alkoholrelaterte dødsfall, skader og ulykker stiger blant eldre

Alkohol påvirker mer enn 60 helsemessige tilstander

Photo by Manuel Ramirez Restrepo on Unsplash





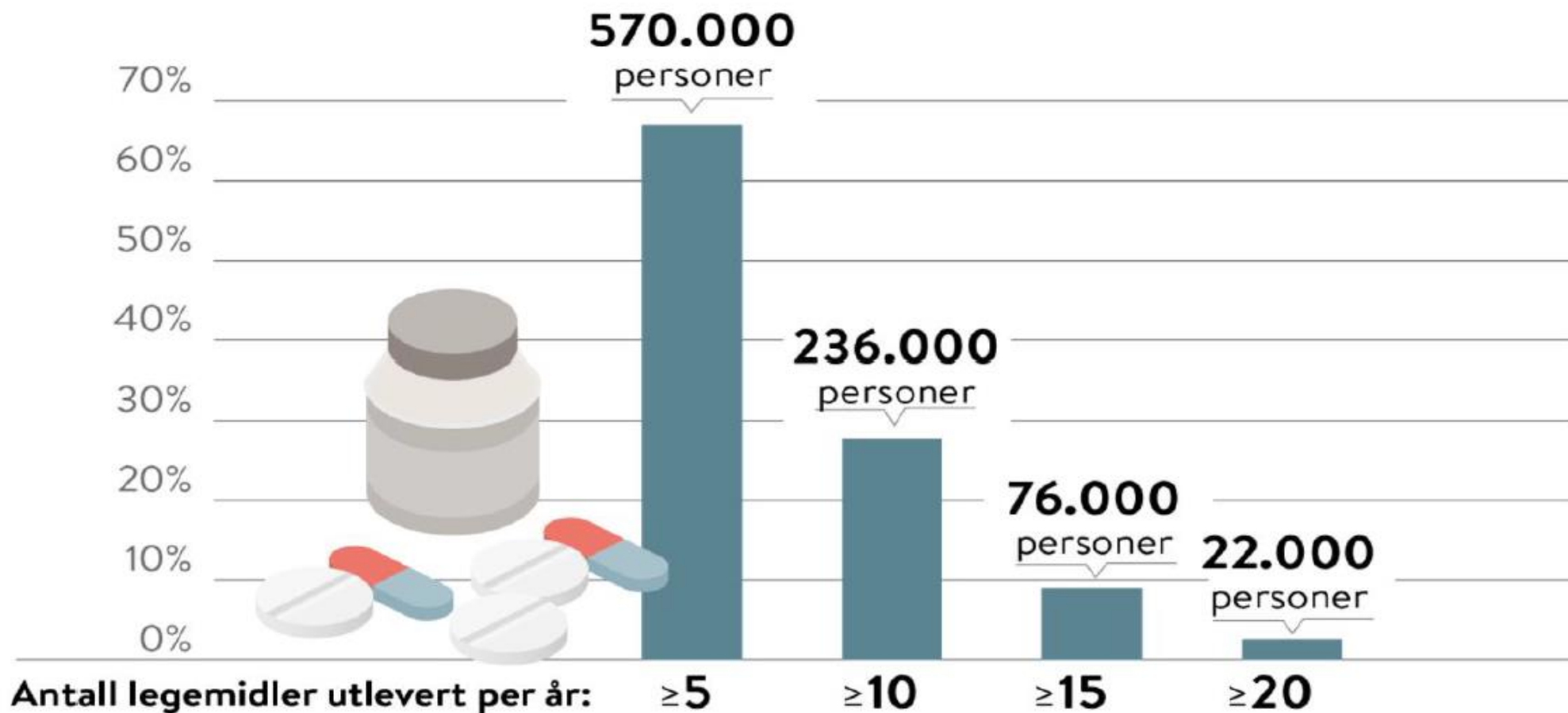


Hva skjer når eldre drikker alkohol?

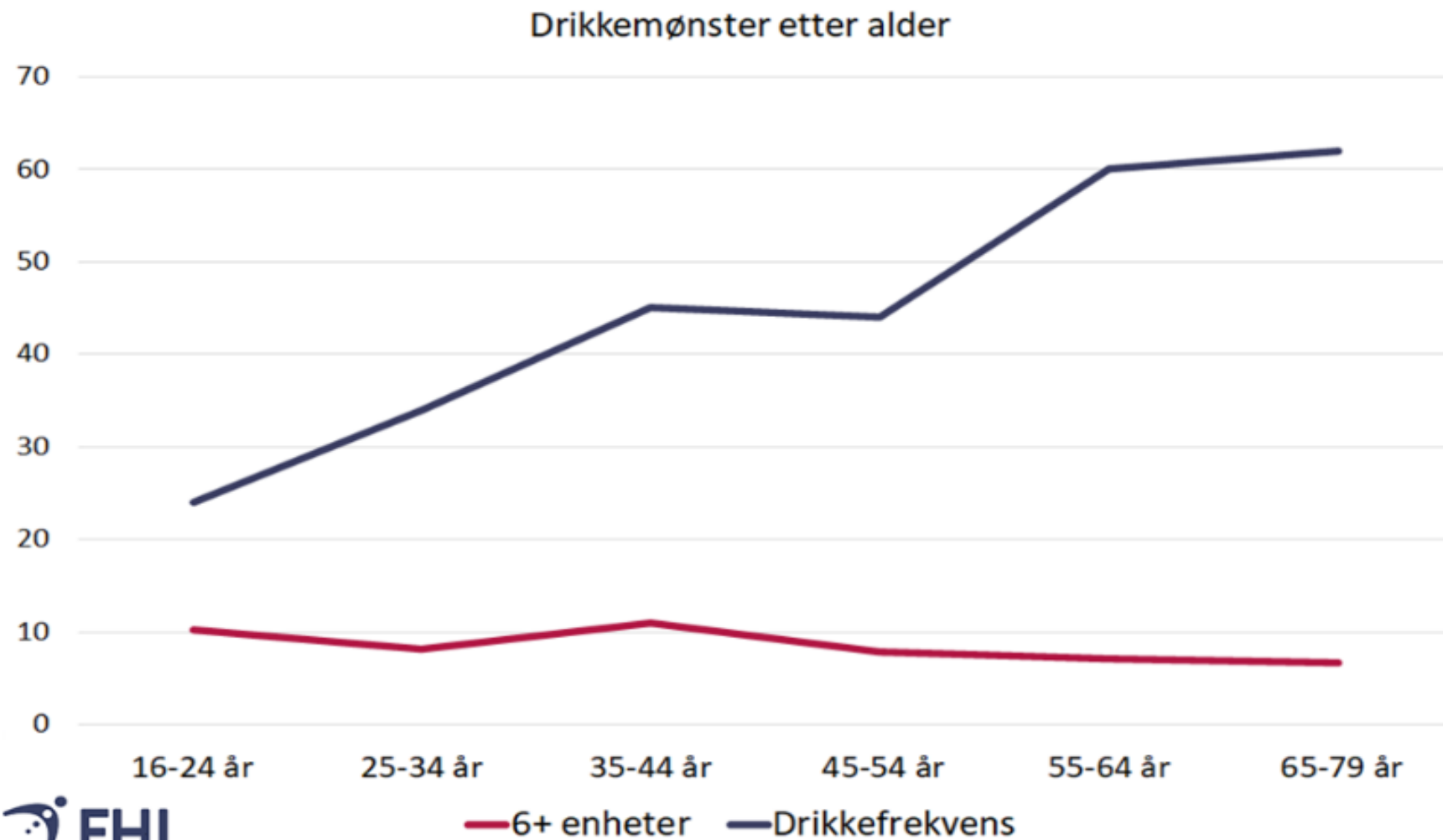
- Mer fett og mindre kroppsvæske =
- Lavere toleransegrense for alkohol =
- Saktere nedbrytning av alkohol =
- **Høyere promille!!!**



Legemiddelbrukere over 65 år som fikk utlevert minst fem legemidler på resept i 2017, andel og antall



Antall legemidler definert som ATC 5. nivåer.



Figur 6. Gjennomsnittlig drikkefrekvens (antall) og gjennomsnittlig frekvens for 6+ enheter på en gang siste 12 mnd, 2021. Kilde FHI/SSB



Alkohol og medisiner, noen viktige fokus

- der alkohol og medisiner forsterker hverandre
 - Vival, Valium, Mogadon, Phenergan(allergier), Truxal
- Medisiner som samvirker uheldig med alkohol
 - Noen antibiotika medikamenter, Marevan(blodfortynnende), Naproxen, Nitroglyserin med flere

= DÅRLIGERE EFFEKT



Opioder

- Økende bruk av sterke smertestillende medisiner
 - Okycodon, morfin og kodein
- Fare for avhengighet
- **Fare for overdose** – spesielt sammen med alkohol og benzodiazepiner(dempende, beroligende og muskelavslappende)
 - stesolid, valium, vival, sobril, xanor
 - [Flere dør av en overdose sterke smertestillende medisiner!](#)



Rutinehåndboka

- Informasjon om aldring, alkohol og legemidler
- Kommunikasjon/Å snakke med eldre om alkoholbruk
- Tegn og symptomer
- Rutiner
- Oppfølging/hva gjør man
- Kan brukes som et oppslagsverk
- Tilgjengelig på nett:

➤ Via linken [her](#)

Oslo

Om aldring, alkohol og legemidler

NERO-prosjektet

Et samarbeid mellom Bydel Sagene hjemmetjeneste og Kompetansesenter rus Oslo

KORUS



Noen nettressurser:

<https://korus.no>

[Alkohol – Helsenorge](#)

[Forside - Rusinfo](#)

[ROP - Snakk om rus](#)

[FHI - folkehelseinstituttet](#)



Hva kan KORUS Midt tilby:

- Internundervisning:
 - fagdager/faginnlegg
- MI: Endringsfokusert samtale
- Nettverksmøter
- Pårørende
- Kompetansekartlegging
- E – læringskurs (ferdigstilles i høst)





E-læringskurs: Aldring, alkohol og legemidler – varighet

45-60 minutter

Målgruppe:

- Ansatte i kommunale helse- og omsorgstjenester rettet mot eldrebefolkningen over 60+.
 - Eldre, pårørende og andre som er interesserte i temaet kan også gjennomføre e-læringsprogrammet, da e-læringen vil være åpen for alle.

Virkemidler: presentasjons slides, bilder og video/animasjon. I kurset skal man også legge inn oppgaver (men ikke nødvendig å «bestå» for å kunne gå videre).

5 bolker man kan hoppe frem og tilbake i med følgende tema:

- aldring (alt fra hva som skjer med kroppen til rolleoverganger osv.)
- alkohol og legemidler
- samtale
- kartlegging
- aktuelle tiltak.