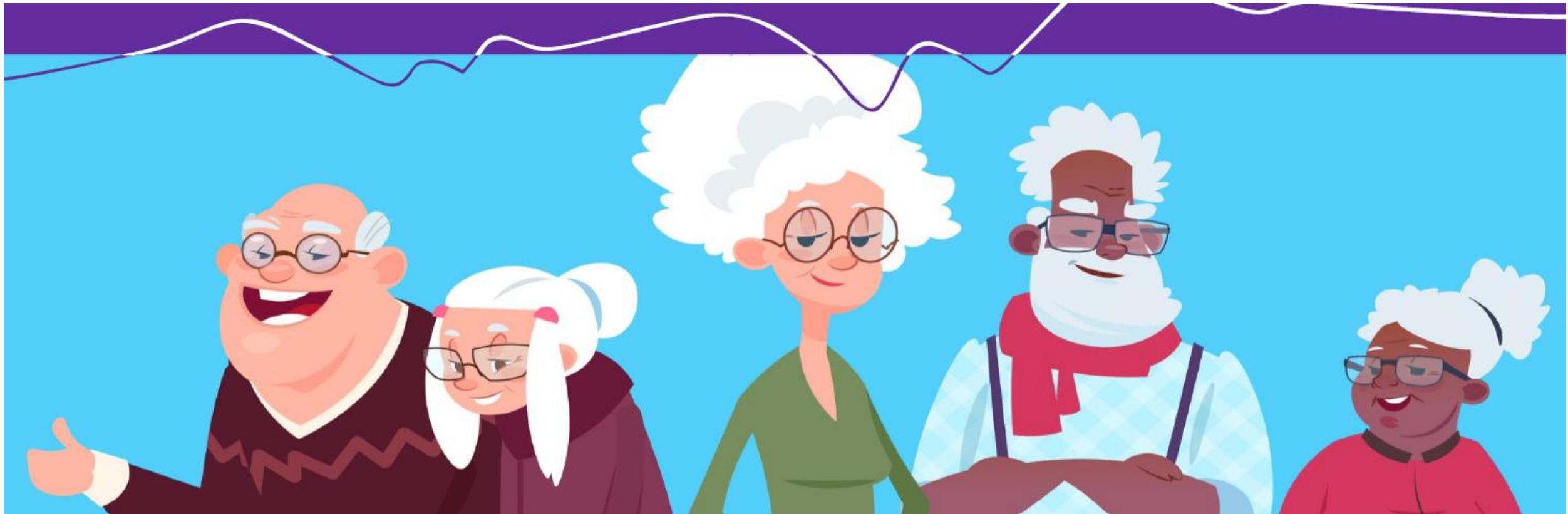




Aldring, alkohol og legemidler

Nettverkssamling Namsos 1.6.23





Faktaboks:

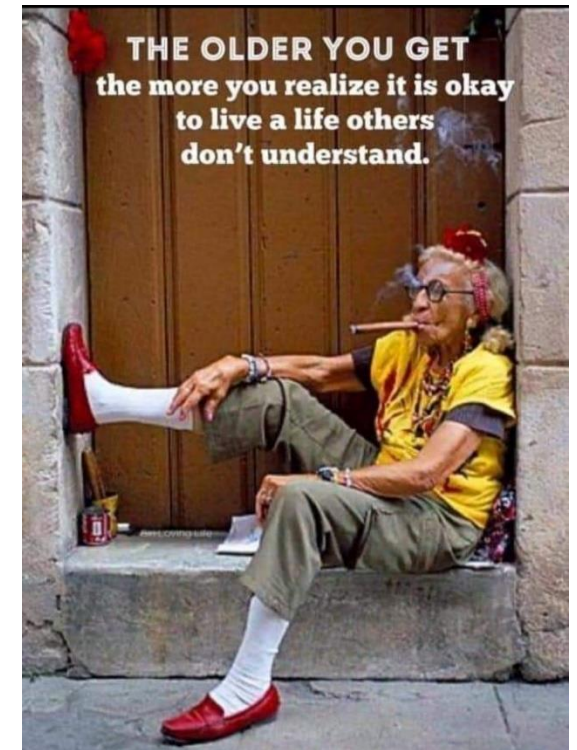
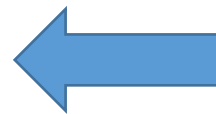
Eldre drikker oftere enn yngre, men drikker mindre mengder og svært sjelden til beruselse



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





Hva skjer når eldre drikker alkohol?

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

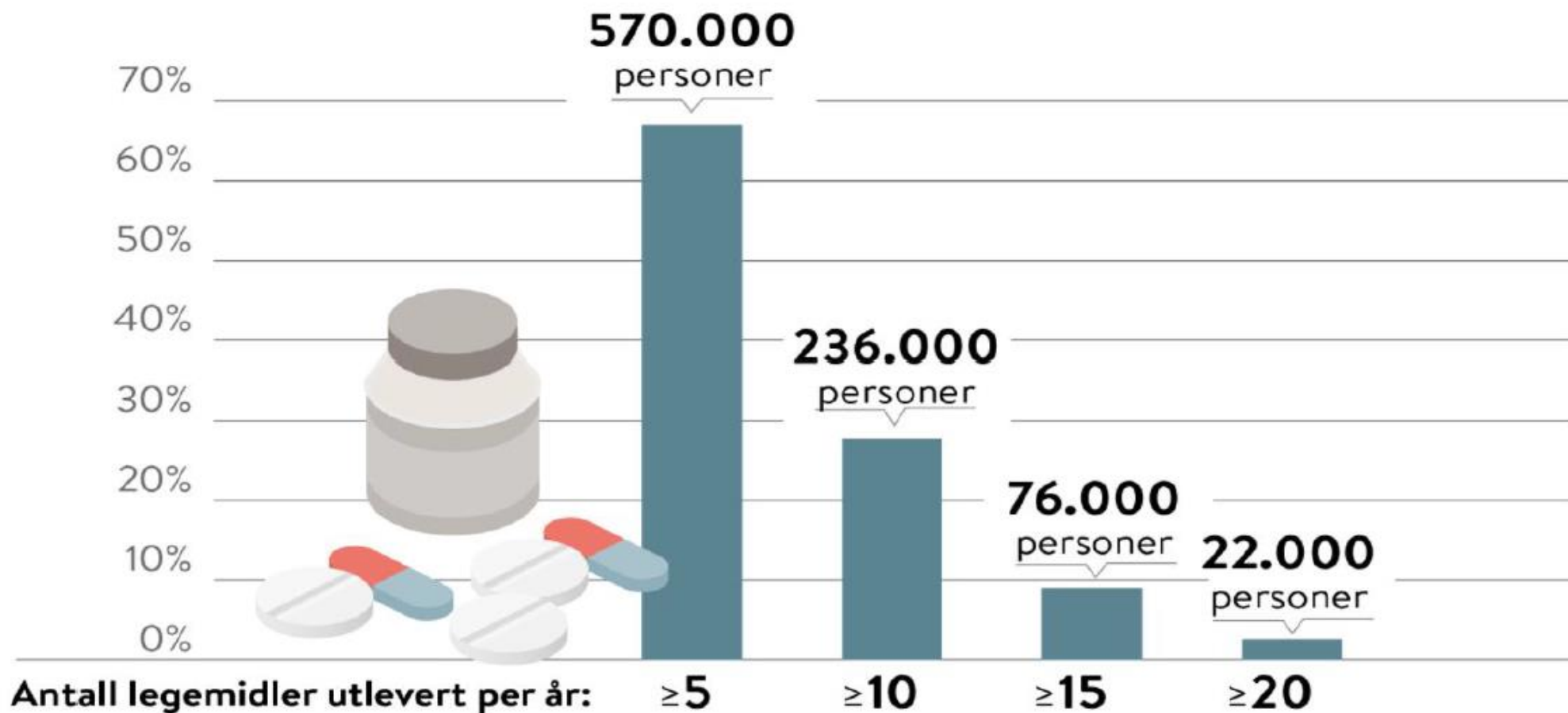


Hva skjer når eldre drikker alkohol?

- 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.



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 antibiotikamedikamenter, 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
 - 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](#)



Hva kan KORUS Midt tilby:

- Internundervisning:
 - fagdager/faginnlegg
- MI: Endringsfokusert samtale
- Nettverksmøter
- Kompetansekartlegging
- E – læringskurs (i løpet av året)





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.



Med bakgrunn i dagens innlegg om «Eldre, rus- og psykisk helse»:

*Hva skal til for å styrke innsatsen rundt eldre med rus- og/eller psykiske helseutfordringer i egen kommune?
(forebyggende og kurative tiltak).*