

Gesprekskaart

Bier, wijn en sterke drank 55-plussers

Deze kaart is voor professionals die contact hebben met 55-plussers zoals huisartsen, praktijkondersteuners, thuiszorgmedewerkers, welzijnswerk, medewerkers van wijkteams, adviseurs.

Als iemand ouder wordt, vanaf ongeveer 55 jaar, kan het lichaam slechter tegen alcohol. Dit komt doordat het lichaam alcohol steeds minder goed kan afbreken. Alcohol heeft langer en meer effect en brengt extra risico's met zich mee.

Het is belangrijk dat u als professional het gesprek aangaat over alcohol drinken met cliënten die 55 jaar zijn of ouder.

Wanneer te beginnen over alcoholgebruik

Alcoholgebruik heeft invloed op veel levensgebieden. De vraag naar alcoholgebruik hoeft niet op zichzelf staan. Zij kan passen in algemene vragen over leefstijl zoals voeding, beweging etc.

Extra belangrijk bij:

- *Somatische signalen*, zoals maagdarmlaatsen, hoofdpijn. valincident, zweetaanvallen. seksuele problemen, overgewicht, leverlaatsen, verhoogde bloeddruk, wisselende laatsen bij meerdere consulten, tremoren en (uitblijvende) zwangerschap.
- *Psychische signalen*, zoals angst, somberheid, slecht slapen, geheugenstoornissen, minder concentratie, bagatelliseren/verantwoorden eigen alcoholgebruik.
- *Sociale signalen*, zoals problemen met familie, huisvesting, werk/opleiding. signalen vanuit partner/familie, alcoholproblematiek in familiegeschiedenis.

Hoe te beginnen over alcoholgebruik

Hoe te beginnen over alcoholgebruik

- Geef aan dat u een goede inschatting wilt maken van de gezondheid en het juiste advies. Daarvoor is het ook belangrijk te weten of iemand alcohol drinkt en zo ja, hoeveel.
- *Drinkt u wel eens alcohol?*
- *Kunt u mij vertellen hoeveel u ongeveer per week of per maand drinkt?*

Als hij of zij alcohol drinkt

- Verstrek de brochure *Bier, wijn en sterke drank: informatie voor 55-plussers* en neem deze samen door.

Belangrijk daarbij:

- Stel zoveel mogelijk open vragen.
 - *Wat vindt u zelf van uw alcoholgebruik?*
 - *Als u denkt aan veranderen van uw alcoholgebruik, waar denkt u dan aan?*
- Heb ook oog voor de positieve effecten die de patiënt van het alcohol drinken ervaart.
- Geef feitelijke, neutrale informatie.
- Ga niet in discussie en veroordeel of moraliseer niet.
- Accepteer het besluit van de cliënt om al of niet het alcoholgebruik te wijzigen.

Gesprekskaart 55-plus en alcohol CONCEPT versie 16-9-2019

Bij vermoeden van alcoholproblemen

- Stel vast of er sprake kan zijn van alcoholmisbruik of afhankelijkheid met de *FiveShot*. Te vinden via o.a. <http://alcoholbespreken.ivo.nl/screeningsinstrumenten/>

Informatie en advies

Overleg en consultatie altijd mogelijk met Iris in de Buurt Achterhoek (Preventie IrisZorg): Preventie@iriszorg.nl of 088-606 1600

Een medewerker van Iris in de buurt Achterhoek kan kosteloos, laagdrempelig en vrijblijvend in gesprek gaan met uw cliënt over diens alcoholgebruik. Samen kijken zij vervolgens naar de meest passende vervolgstappen, indien gewenst.

Voor meer informatie over IrisZorg behandeling <https://www.iriszorg.nl> of 06-8081600

IrisZorg Preventie - Iris in de Buurt, Achterhoek