

Tørr håndbok om usunn alkoholbruk blant eldre

Ane Bjøru Fjeldsæter
Trondheim kommune

En nyttig, konkret og kortfattet veileder som beskriver tilnærminger ovenfor eldre pasienter som sliter med usunn alkoholbruk.



Erin L. Woodhead

Unhealthy Alcohol Use in Older Adults



 hogrefe

BOK *Unhealthy Alcohol Use in Older Adults* **FORFATTER** Erin L. Woodhead **FORLAG** Hogrefe **ÅR** 2024 **SIDER** 108

Mellom 2020 og 2050 vil antallet mennesker over 60 år i verden doubles. Besteforeldrebølgen er her, og besteforeldrene drikker mer enn tidligere. *Unhealthy Alcohol Use in Older Adults* er dermed opplagt

relevant. Vi kan falle i flere feller i møte med eldre pasienter som drikker. På den ene siden kan vi bli naive og bagatelliserende, ønske dem alt som er godt i livet, om det gir promille eller ei. På den andre siden kan vi bli moralistiske og hevde at eldre bør ta særlig ansvar for egen helse, og at alkohol ikke hører hjemme på sykehjemmet. En tredje felle er å tenke at eldre pasienter bare skal behandles som voksne med høy alder.

Kan ikke drikke «som før»

Eldres alkoholbruk bør ikke sees som en forlengelse av alkoholvaner i voksenlivet. Alkoholmetabolismen endres betydelig i aldringsprosessen, slik at å drikke «som før» i eldre år kan innebære et alkoholmisbruk. Kartlegging og diagnostikk bør ta høyde for at å drikke som før kan føre med seg vesentlig helserisiko. Dette, kombinert med at aldring kan innebære mer sammensatte helseutfordringer, og at flere eldre pasienter bruker faste medisiner som kan ha interaksjonseffekter med alkohol, er sterke argumenter for at vi bør sette oss ekstra godt inn i konsekvensene av alkoholbruk for eldre pasienter. Aldring innebærer også livsoverganger som endrer hverdagens struktur for individer eller familier, slik som å gå av med pensjon, miste en partner eller ektefelle, eller å oppleve helsetap. Erin Woodheads bok gir en gjennomgang av hva det er relevant å kjenne til i så måte. Både kartlegging, kortere intervensjoner og mer omfattende oppfølging bør tilrettelegges for den eldre pasienten, og boka gir en oversiktlig gjennomgang av hvordan dette kan gjøres.

Praksisnær, men ikke spesielt saftig

det [er] nesten utilgivelig å ikke lese den når vi vet hva stadig flere psykologer skal jobbe med i framtiden

Unhealthy Alcohol Use in Older Adults er praksisnær, konsis og gjennomarbeidet, og kunne med enkle grep ha blitt redigert direkte om til en av Helsedirektoratets veiledere eller rundskriv. Dessverre er den heller ikke spesielt mye saftigere lesing enn ovennevnte tekster. Selv om den er krydret med enkelte kliniske vignetter, er den gjennomgående saklig og nøktern i stilen. Det boka vinner på dette, er at den blir konkret og kortfattet, og når teksten knapt utgjør 100 sider, inkludert referanser, er det nesten utilgivelig å ikke lese den når vi vet hva stadig flere psykologer skal jobbe med i framtiden. Jeg oppfatter det som at boka har en tydelig agenda om at eldre med rusvaner skal fanges opp tidligere og få mer likeverdig og tilpasset hjelp. Dette kommer fram både i bokas innhold og form. Det mest omfattende kapittelet omfatter intervensjoner rettet mot eldre pasienter med rusutfordringer, og omtaler både terapeutens metoder og behovet for koordinasjon og tverrfaglighet i møte med disse pasientene. Polyfarmasi er en særlig relevant utfordring, og hvordan alkohol kan påvirke virkning (eller bivirkning) av øvrige medikamenter. Kapitlene avsluttes med tydelige oppsummeringer med de sterkeste anbefalingene fra hvert kapittel, slik at det er lett å hente fram informasjonen en trenger fra teksten.

Jobber du med rusbehandling, bør du lese boka for å forstå den eldre ruspasienten. Jobber du med voksne, bør du lese boka for å forstå alkoholkonsum i et livsløpsperspektiv, og å kjenne til hvilke særlige problemstillinger alkoholbruk kan være forbundet med hos pasienter over 65 år. Jobber du med folkehelse, håper jeg denne utfordringen allerede står høyt på agendaen din, og at boka ligger klar på nattbordet eller hvor enn du foretrekker å bli klokere.

Merknad: Anmelder er medlem av fagutvalget i eldrepsykologi.