
Eldre drikker oftere og mer! Hva skal vi i helsevesenet gjøre med det?

Line T. Stelander
Overlege PhD Alderspsykiatrisk seksjon UNN

Oppsummering – anbefalinger

- Det er viktig at alle som jobber med eldre tilegner seg kompetanse og trygghet til å bli gode helserådgivere om alkoholbruk
- Behandling av eldre med skadelig alkoholbruk har god effekt!
- Alderstilpasset behandling gir best resultat

1. Kelly, S., et al (2018). *Interventions to prevent and reduce excessive alcohol consumption in older people: a systematic review and meta-analysis*. Age and ageing
2. Rao, R., & Roche, A. (2017). *Substance misuse in older people*. BMJ
3. Kelly, S., et al (2018). *Alcohol and older people: A systematic review of barriers, facilitators and context of drinking in older people and implications for intervention design*. PloS one



Hvorfor skal vi snakke med eldre om alkoholvaner?

Hovedårsak eller medvirkende årsak til helseproblemene?

Årsak til at tilstanden ikke responderer på behandling?

Årsak til raskt tilbakefall?

Likevel spørres eldre sjeldent om alkoholvaner!

Johannessen A, Helvik A-S, Engedal K, Ulstein I, Sørli V. *Prescribers of psychotropic drugs experiences and reflections on use and misuse of alcohol and psychotropic drugs among older people: A qualitative study.* Qual Prim Care

Alkohol og aldring – endret potensiale for skade

Høyere forekomst av psykiske og fysiske helseproblemer

Høyere andel bruker flere legemidler

Mindre andel totalt kroppsvann, - høyere promille

Kronologisk alder avgjør ikke hvor godt man tåler alkohol

Stelander LT, et al. (2023) *The effects of exceeding low-risk drinking thresholds on self-rated health and all-cause mortality in older adults: the Tromsø study 1994-2020*. Arch Public Health

Tilstander som kan være forårsaket av alkoholbruk

Hukommelsesvansker

Ustabil diabetes

Forvirring

Angst

Fall

Depresjon

Hoftebrudd

Hjerneslag

Søvnproblemer

Demens

Hypertensjon

M.fl.

Rehm et al., (2017) *The relationship between different dimensions of alcohol use and the burden of disease-an update.* Addiction



Hvordan kan vi snakke med eldre om alkoholvaner?

Anerkjenne og respektere de positive sidene ved alkoholbruk

- Den gode smaken
- Kan bedre appetitten
- Det er sosialt
- Kan lette humøret
- Øker selvtilliten
- Avslappende og kan gi søvnighet



Tilby informasjon om negative følger av alkoholbruk

De positive og negative følgene av alkoholbruk må så veies opp mot hverandre



Alkohol og demens / kognitiv svikt

Stort alkoholforbruk er assosiert med hjerneforandringer, kognitiv svikt og alle typer demens

Hva med moderat forbruk?

1. Topiwala A, et al (2017). *Moderate alcohol consumption as risk factor for adverse brain outcomes and cognitive decline: longitudinal cohort study*. *BMJ*
2. Livingston G, et al (2020) *Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission*. *Lancet*



Alkohol og depresjon

Høyt alkoholforbruk og alkoholbrukslidelser er sterkt koplet til depresjon

Depresjon er koplet til økt alkoholforbruk

1. Boden J. M., et al (2011). *Alcohol and depression*. *Addiction*

2. Castillo-Carniglia, A., et al (2019). *Psychiatric comorbidities in alcohol use disorder*. *The Lancet Psychiatry*

Konsekvenser for kommunene

Det er grunn til å tro at for en del av pasientene er depresjon et prodromalsymptom på en allerede begynnende demensutvikling

Men depresjon hos eldre kan også fremskynde eller forverre en pågående preklinisk demenstilstand

Primærforebygging av depresjon

Borza, T., et al. (2019). *Eldre med depresjon – oppfølging over tre år*. Tidsskrift for Den norske legeforening

Forekomsten av depresjon blant eldre øker

Antallet eldre vil ifølge anslag fra Statistisk sentralbyrå (SSB) øke med 36 % frem til 2030.

Hvis vi antar at forekomsten av psykiske lidelser forblir uendret, vil det medføre en økning i antallet eldre med depresjon.

Grønli, O. and A. Høye (2019). *Gammel og deprimert*. Tidsskrift for Den norske legeforening

Korte rådgivende samtaler

Helseperspektiv ikke moralisme!

1-5 samtaler (< 60 min per gang)

Fokus på alkohol og psykofarmaka sin innvirkning på helsen

Eldre er ofte interessert i informasjon som bidrar til at de kan bevare helsen

Kaner EFS et al (2018) *Effectiveness of brief alcohol interventions in primary care populations*. Cochrane Database of Systematic Reviews

Helseråd, intervensjoner, behandling

Øke HELSEKOMPETANSE

Regulering av alkoholbruk

Psykisk tilstand, medisinbruk og biologisk alder

Velinformerte valg

Medikament	Mekanisme	Klinisk effekt
Trisykliske antidepressiva	Additive beroligende og hypotensive effekter	Oversedasjon, økt risiko for ortostatisk hypotensjon
Atypiske antipsykotika	Additive CNS-effekter og antihypertensive effekter	Oversedasjon, økt risiko for ortostatisk hypotensjon
Bupropion	Økt effekt av alkohol; både alkoholbruk og alkoholeponering sammen med bupropion kan redusere krampeterskelen	Alkoholintoksikasjon. Økt risiko for epileptiske anfall
Opioider, langtids virkende opiater	Additiv sedativ effekt. Inntak av alkohol kan føre til "dosedumping" av depotopiater	Oversedasjon, økt risiko for dødelig overdose på grunn av respirasjonsdepresjon
Hypnotika og benzodiazepiner	Additive CNS-effekter. Alkohol hemmer nedbryting av bzd og hypnotika	Oversedasjon, nedsatt psykomotorisk funksjon, retrograd amnesi, forvirring og økt risiko for kompleks atferd (som søvngjengeri)
Noen sulfonyleurea	Hemming av hepatisk aldehyd dehydrogenase som reduserer eliminering av aldehyd	"Disulfiram-lignende" reaksjon som resulterer i ubehagelig rødming, kvalme, oppkast og svette etter alkoholforbruk
Sulfonyleurea og insulin	Alkohol reduserer glukoneogenesen og er også en kilde til kalorier	Kan forårsake alvorlige og uforutsigbare effekter på blodsukkeret
Metformin	Samtidig bruk kan føre til økte blodnivåer av melkesyre	Kan forårsake laktacidose (med symptomer på muskelsmerter, bradykardi og svimmelhet)

Slattum, P. W., & Hassan, O. E. (2016). *Medications, alcohol, and aging*. Springer



Utfordring ved intervensjon

Kognitiv svikt og demens

Samtykkekompetanse?

Pasient- og brukerrettighetsloven kapittel 4A - Helsehjelp gitt med tvang

Debatt | Alkohol

Eldre drikker både oftere og mer. det et problem?

**Line T. Stelander**

Overlege, spesialist i psykiatri, med spesialområde alderspsykiatri, Universitetssykehuset Nord-Norge

2. juni 2021 21:00 | Sist oppdatert 2. juni 2021



Med pasienten – for pasienten

<https://www.aftenposten.no/meninger/debatt/i/6zLA6z/eldre-drikker-baade-oftere-og-mer-er-det-et-problem>

