

IKÄIHMINEN JA ALKOHOLI

JENNA PAHKALA
KUNTOUTUMISKESKUS, KOUVOLA
A-KLINIKKA OY

IKÄIHMINEN, VANHUS, IÄKÄS.....

- ▶ Ei voi iällisesti määritellä
- ▶ Ikääntyneisyydelle ei voida asettaa yksiselitteistä rajaa yksilöllisten erojen vuoksi
- ▶ Fyysinen, kognitiivinen, sosiaalinen tai/ja psyykinen toimintakyky jossain määrin jo heikentynyt
- ▶ Vanhuuseläkkeellä



IKÄÄNTYMISMUUTOKSIA

Kuulon heikentymää

Fyysisen toimintakyvyn rajoitteita

Muistin alenemaa

RR problematiikkaa (ortostaattinen)

Näön heikentymää, ”ikänäkö”

Yleisimpiä perussairauksia

DM

Tuki- ja liikuntaelin sairaudet

Dementia (eri muodot)

RR-taudit

Sydänsairaudet

Mielialahäiriöt

RAVITSEMUS JA ALKOHOLIN KÄYTTÖ

Alkoholi sisältää paljon energiaa ja voi olla yksi ylipainon aiheuttajista. Sen lisäksi alkoholi voi viedä/vähentää näläntunnetta tai syöminen voi unohtua.

Alkoholin käyttö vaikuttaa ravintoaineiden imeytymiseen.

Esimerkkinä B12 vitamiini joka on tärkeä hermoston kannalta. Alkoholi vähentää sen imeytymistä ja pidemmän päälle sen vaje aiheuttaa hermostollisia oireita.

RUOKAVALIOLLA TÄRKEÄ MERKITYS LIHASKUNNON JA TOIMINTAKYVYN YLLÄPITÄMISESSÄ.

RIITTÄVÄSTÄ ENERGIAN, PROTEIININ JA TÄRKEISTÄ RAVINTOAINEISTA TULEE HUOLEHTIA IÄSTÄ RIIPPUMATTA.

ALKOHOLIN KÄYTÖN TERMISTÖÄ

- ▶ **Riskikulutus** Riskirajat ylittävä alkoholin kulutus, mutta ei merkittäviä alkoholihaittoja tai riippuvuutta
- ▶ **Haitallinen käyttö** Merkittäviä alkoholinkäytön aiheuttamia haittoja mutta ei riippuvuutta Tautiluokituksen kriteerien tulee täytyä
- ▶ **Alkoholiriippuvuus Oireyhtymä**, jonka tyypillisiä piirteitä ovat pakonomaisuus, vieroitusoireet, toleranssin kasvu ja juomisen jatkuminen haitoista huolimatta

Lääkkeiden ja alkoholin yhteiskäytön riski suuri, koska ikääntyessä usein myös lääkearsenaali kasvaa sairauksien myötä. Mielialalääkkeiden käyttö lisääntynyt.

Asiakkaan kotona toimivan hoitajan vastuulla arvioida mahdollista päihtymystilaa (tarvittaessa lääkkeiden antamattomuus ja/tai jatkohoidon järjestäminen).

Suurkulutus voi alkaa missä iässä tahansa ja varsinkin eläköitymisen myötä se usein kasvaa

Ikääntyneillä suurkulutuksen raja on alhaisempi. *Yhdysvaltain geriatrian yhdistyksen suosituksen mukaan 65 vuotta täyttänyt on suurkuluttaja, jos hän käyttää kahdeksan alkoholiannosta tai enemmän viikossa*

Alkoholin käyttö ongelmana

- ▶ Hankala tunnistaa. Saatetaan sekoittaa ikääntymisen tuomiin sairauksiin.
- ▶ Yleensä omaiset huomaavat
- ▶ Myös terveydenhuollon ammattilaiset keskeisessä roolissa
- ▶ Mini-interventio
- ▶ Joskus huomataan, kun tilanne on jo pahasti riistäytynyt käsistä
- ▶ Puheeksi otto (voi käyttää apuvälineitä tukena: kyselyt AUDIT) Tietämys alkoholinhaitoista oltava, jotta tietää mistä puhua.

Tunnistaminen, piirteitä

- ▶ Vaaran merkkejä ovat kielteiset muutokset.
- ▶ Itsensä ja ympäristön siisteyden laiminlyönti
- ▶ Unohtelut, muistamattomuus
- ▶ Ärttyisyys, levottomuus
- ▶ Univaikeudet ja -ongelmat
- ▶ Tasapainohäiriöt
- ▶ Ahdistuneisuus, vetäytyminen
- ▶ Mielihyvän puute



HOITOPOLKUJA

- ▶ Sektorien välistä yhteistyötä on lisättävä. Informaation tulisi kulkea yhteistyötahojen välillä. Terveys- ja sosiaalialan työntekijöillä tulisi olla riittävästi tietoa alueen päihdepalveluista, jotta asiakas pääsee oikeanlaisen hoidon piiriin.
- ▶ Päihdeongelmainen vanhus tulee ohjata oikeiden palveluiden piiriin.
- ▶ Terveyskeskuksen kautta voi myös ohjautua päihdehoitojen piiriin

Esimerkki CASE

Kotihoidon asiakas. Kotihoidon tt tuo aamu- sekä iltalääkkeet. Kontakti on ohikiitävä, mutta lyhyessäkin kontaktissa ehtii....

- Havainnointi
- Tunnistaminen

- Puheeksi otto (huoli puheeksi)
- Vaihtoehdot
- Motivointi ja asiakkaan **oma motivaatio**

- ▶ IkäJelppi *puh. 020 615 5140*
- ▶ Vanhussosiaalityö
- ▶ Sosiaali- ja kriisipäivystys
- ▶ A-Klinikka OY
- ▶ Psykiatrian poliklinikat

HOITOPOLKU ESIMERKKEJÄ

Omaiset, 112



Selviämisasema



Koti

Kotihoito



(selviämisasema)
Vieroitushoitoyksikkö

Jatkohoito pidem.kunt.hoito

TK/Sairaala



A-Klinikan avopalvelut

A-Klinikka avo



Psyk.poli

Selviämisasema

- ▶ Kuntoutuskeskuksen yhteydessä on myös tarjota päihtymystilasta selviämistä valvotussa ja turvallisessa ympäristössä.
- ▶ Pääasiassa otetaan vastaan vain täysi-ikäisiä, paikkoja kaksi. Asiakkaan selvityksessä siihen pisteeseen, että on mahdollista keskustella ja miettiä jatkohoitokuvioita. Vaihtoehtoja yleensä kolme: kotiutuminen, siirtyminen vieroitushoitoyksikköön, harvoin sairaalaan.
- ▶ Lääkkeetön

A-KLINIKKA OY, KOUVOLA

► Kouvolan seudulla

A-Klinikan avohoito palvelut, Oikokatu 2 b, puh. 040 1368 270

Palveluja tarjotaan päihde- ja muista riippuvuusongelmista kärsiville henkilöille ja heidän läheisilleen.

A-klinikalla hoidetaan myös alle 18-vuotiaita hoitoa tarvitsevia nuoria. Nuorten hoidossa korostuu moniammatillinen yhteistyö yli toimijarajojen sekä yhteistyö nuoren vanhempien kanssa.

Kuntoutumiskeskus, Kotiharjuntie 20, puh. 040 5267 620

Hoidetaan täysikäisiä ja omatoimisia asiakkaita, joille avopuolen palvelut eivät riitä. Vapaaehtoisuuteen perustuvaa.

Kuntoutumiskeskuksessa sijaitseva vieroitushoitoyksikössä hoidetaan päihteiden käytöstä johtuvien vieroitusoireiden hoitoa sekä jatkohoidon suunnittelua



LÄHTEET

- ▶ A-Klinikka Oy www.a-klinikka.fi
- ▶ Päihdelinkki
- ▶ Duodecim