

Her er sykdommer som skyldes eller kan forsterkes av høyt alkoholbruk:

- Kreft i lever, bukspyttkjertel, bryst, munnhule, strupehode, magesekk, tarmsystemet og eggstokker
- Høyt blodtrykk
- Overvekt og fedme
- Feilernæring
- Hjerneskader
- Angst
- Depresjoner
- Søvnforstyrrelser
- Hodepine
- Konsentrasjonsproblemer
- Tidlig aldring av hjernen
- Leverskader
- Fysiske og psykiske skader som følge av adferd når du drikker



© colourbox

Nyttige lenker

- Helsedirektoratet, www.helsenorge.no
- Norsk helseinformatikk, www.nhi.no
- Verdens helseorganisasjon, www.who.org
- Tidsskriftet for den norske legeförening, om alkohol og familierelasjoner, <http://tidsskriftet.no/article/650208>
- Nettressursen snakk om rus, www.snakkomrus.no
- Kampanjeorganisasjon for alkovett AV-OG-TIL, www.avogtil.no
- Det offentlige informasjonskanal for ungdom, www.ung.no

HVORDAN PÅVIRKER ALKOHOL HELSEN MIN?

Alkoholbruk kan påvirke sykdomsbildet ditt. Sykehuset er en naturlig arena for å stille spørsmål om alkohol og alkoholvaner.

Påvirker alkohol helsen min?

Hvilke tilbud finnes?

Kan alkohol og legemidler kombineres?

Har alder noe å si for alkoholens virkning?



- Skadelig alkoholbruk øker risikoen for flere alvorlige sykdommer og kan føre til kortere levetid.
- Inntak av alkohol kan øke risikoen for å bli involvert i vold og ulykker. Svært høyt alkoholinntak kan i seg selv være farlig.
- Alkoholproblemer kan gå ut over forhold til familie og venner. Mange barn er skadelidende på grunn av foreldrenes alkoholbruk.
- Alkoholproblemer kan føre til vanskeligheter med å lykkes i jobben, og risiko for sykefravær og uførhet øker.

Hvordan påvirkes helsen min av alkohol i kombinasjon med legemidler?

Alkohol kan påvirke effekten av en rekke legemidler, og hvordan kroppen reagerer på disse. Det kan dreie seg om uønskede bivirkninger, rusforsterkning eller sviktende virkning av medisiner.

Virkningen av blodfortynnende legemiddel (marevan) kan forsterkes av alkohol. Et glass vin eller to noen ganger i uken er ok, men mengder alkohol over dager/ uker kan øke INR-verdiene og gi blødningsfare.

Andre legemidler er direkte farlige sammen med inntak av alkohol. Dette gjelder blant annet beroligende midler, sovemedisiner og sterke smertestillende midler.

Hva er risikofylt alkoholbruk?

Alkoholbruk er et normalfenomen med glidende overgang til problemer. Det er vanskelig å definere hvor grensen går mellom et høyt forbruk, risikofylt forbruk, og når det er snakk om et rusproblem. Alkohol innebærer vanligvis liten skaderisiko når det inntas i moderate mengder. Standard grense er maks 6-7 alkoholenheter i uken for kvinner og 12-14 for menn. Eldre har lavere toleranse for alkohol. En enhet alkohol er det samme som en liten flaske øl (33cl) eller et lite glass vin (12cl).

Hva gjør vi på kardiologisk seksjon/ medisinsk intensiv?

Alkohol er en av de viktigste medvirkende faktorene til dårlig folkehelse. På kardiologisk medisinsk intensiv spør vi alle pasienter om eget rusbruk. Ved behov tilbyr vi samtale med fagperson der en kan få nærmere informasjon, svar på spørsmål omkring rusbruk og helse.

Fagpersonen du møter kan hjelpe med henvisning videre til andre helsetjenester og/ eller kontakte fastlegen din om du ønsker det.

Kontaktinformasjon

Diana Lauritzen, prosjektleder, tlf. 900 75 915,
e-post: diana.lauritzen@helse-fonna.no

Randi Ødegaard, medarbeider,
e-post: randi.ellingsen.odegaard@helse-fonna.no

