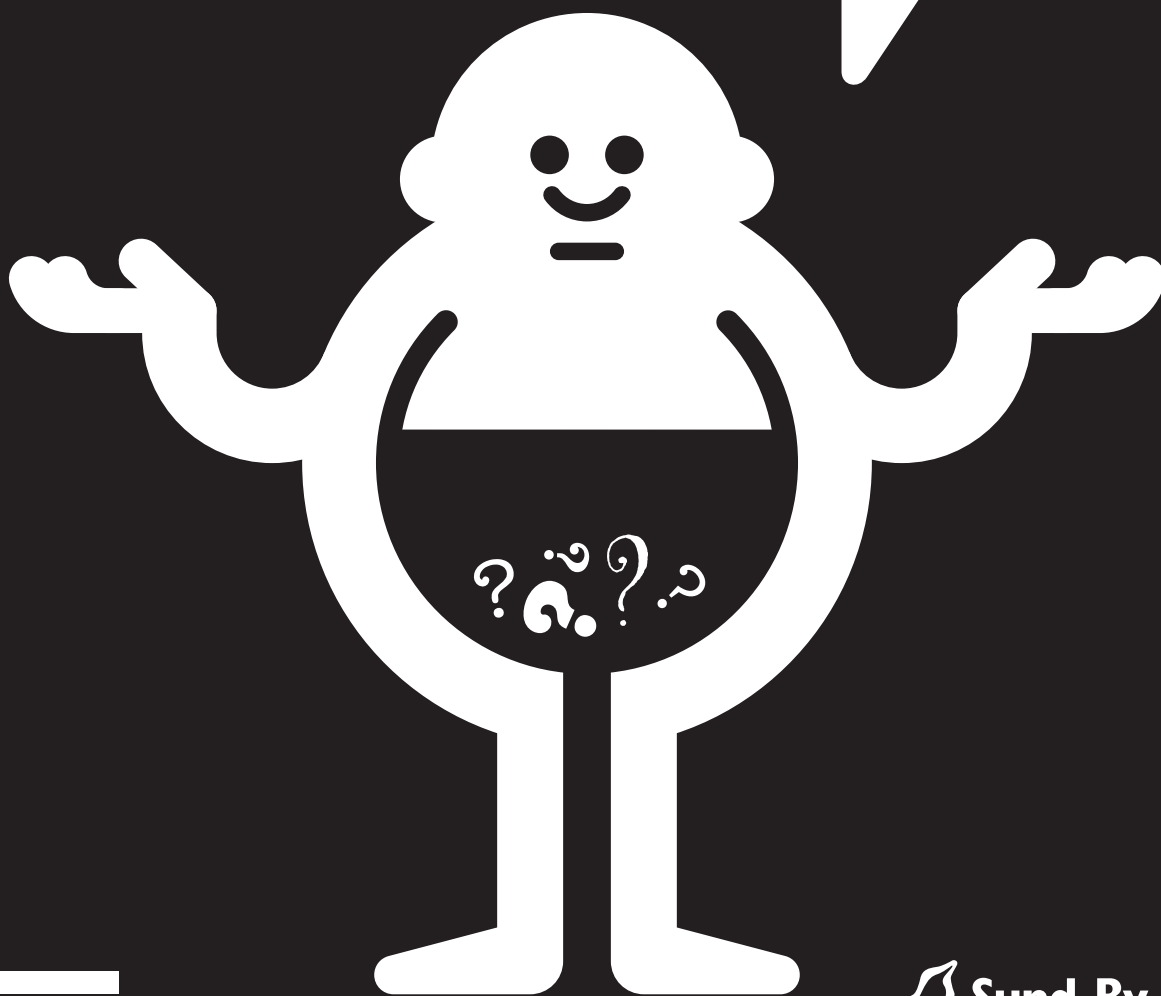


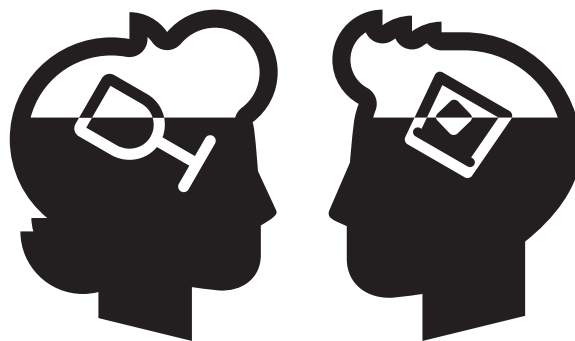
SPØRG TIL ALKOHOL

DET KAN GØRE EN FORSKEL



SPØRG TIL ALKOHOL

Det kan gøre en forskel



1. Indled samtalen

Her i vores afdeling spørger vi alle borgere til deres alkoholvaner, da vi er opmærksomme på, at alkohol kan påvirke f.eks. din sundhed, dit familieliv, din jobsøgning.

Jeg vil derfor gerne stille dig et par spørgsmål om alkohol.

Vil det være i orden?

2. Undersøg borgerens alkoholforbrug (brug f.eks. en af de to metoder)

Metode 1

Brug "Test dit forbrug"

Spørg til alkohol og giv feedback ud fra arket.

Åbent spørgsmål, f.eks.:

Hvad tænker du om resultatet?

Metode 2

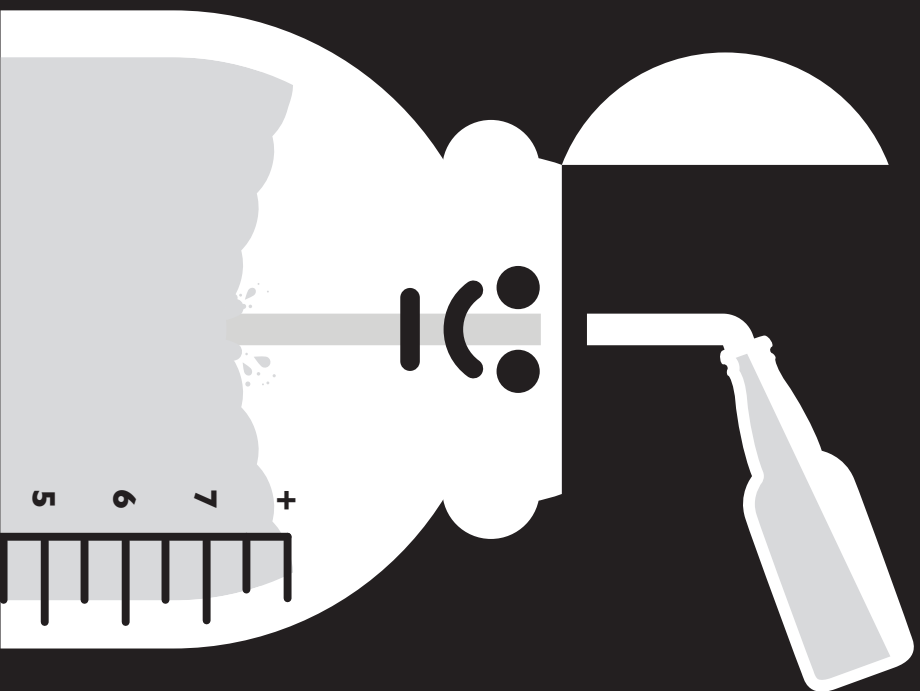
Stil åbne spørgsmål, f.eks.:

- Hvordan ser en typisk dag ud for dig i forhold til at drikke øl, vin og spiritus?
- Hvilke tanker gør du dig om dine alkoholvaner?
- Hvordan påvirker det din hverdag? (f.eks. sundhed / familie / jobsøgning)

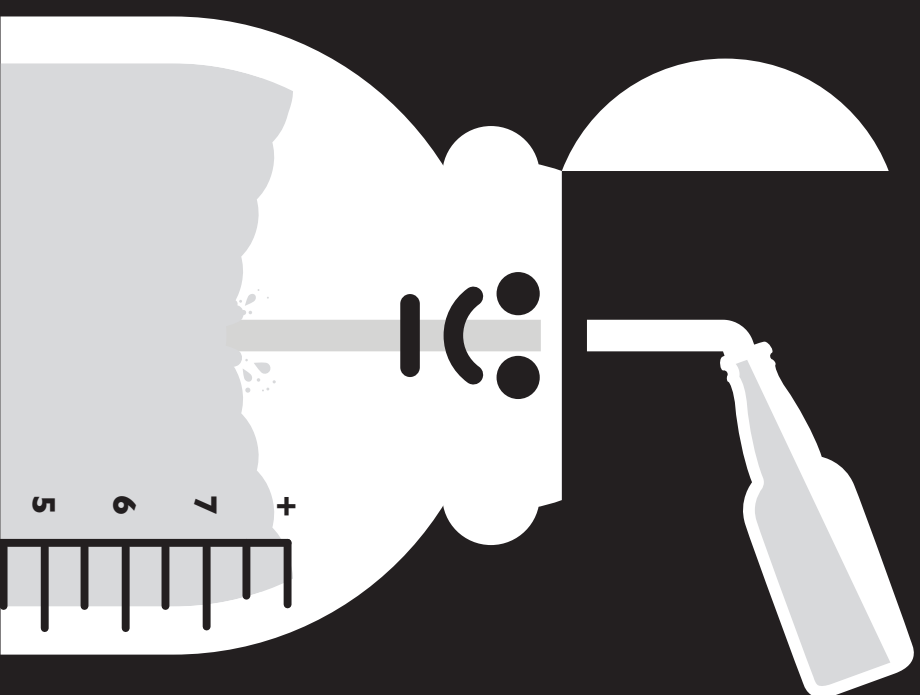
3. Henvis ved behov

Ud fra det vi har talt om, vil jeg gerne fortælle dig, at vi her i kommunen har et gratis tilbud, hvor det er muligt at tale lidt mere om alkohol. Må jeg have lov til at give dig en folder om tilbuddet?

Du kan bestille en tid selv, eller vi kan booke en tid sammen.



TEST DIT FORBRUG



TEST DIT FORBRUG

TEST DIT FORBRUG

Hvor tit drikker du vin, øl, spiritus?

- A 4 gange om ugen eller mere
- B 2-3 gange om ugen
- C 2-4 gange om måneden
- D Højest én gang om måneden
- E Aldrig

Hvor mange genstande drikker du typisk, når du drikker noget?

- A 10 eller flere
- B 7-9
- C 5-6
- D 3-4
- E 1-2

Hvor tit drikker du 5 genstande eller flere ved samme lejlighed?

- A Dagligt eller næsten dagligt
- B Ugentligt
- C Månedligt
- D Sjældent
- E Aldrig

Tæl point: **A**=4 point, **B**=3 point, **C**=2 point, **D**=1 point, **E**=0 point

TEST DIT FORBRUG

Hvor tit drikker du vin, øl, spiritus?

- A 4 gange om ugen eller mere
- B 2-3 gange om ugen
- C 2-4 gange om måneden
- D Højest én gang om måneden
- E Aldrig

Hvor mange genstande drikker du typisk, når du drikker noget?

- A 10 eller flere
- B 7-9
- C 5-6
- D 3-4
- E 1-2

Hvor tit drikker du 5 genstande eller flere ved samme lejlighed?

- A Dagligt eller næsten dagligt
- B Ugentligt
- C Månedligt
- D Sjældent
- E Aldrig

Tæl point: **A**=4 point, **B**=3 point, **C**=2 point, **D**=1 point, **E**=0 point

Har du 5 point eller flere? Det kan være fordi du har et højt hverdagsforbrug eller jævnligt drikker meget på én gang, eller begge dele. Dit forbrug kan på sigt øge din risiko for at udvikle eller forværre visse sygdomme. Det er nemlig sådan, at en lang række sygdomme kan sættes i forbindelse med alkohol.