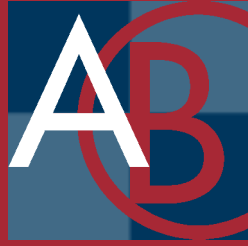


ABC-MODEL VOOR BEGELEIDING VAN ALCOHOLMISBRUIK



ANAMNESE

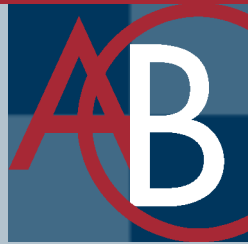
mag ik enkele vragen stellen over uw alcoholgebruik?

ja

nee

exploreer alcoholgebruik of laat vragenlijst invullen

*respecteer nu
maar leg verband met eventuele klachten*



BEGELEIDING

Situeer ten opzichte van andere gebruikers en geef advies

**hoog risico of
afhankelijkheid**

**matig risico of
overmatig gebruik**

**verantwoord
gebruik**

Wenst u de komende maand hieraan iets doen?

Is dit de afgelopen zes maanden veranderd?

ja

nee

ja

nee

preparatiefase

*veranderingsstrategieën
kiezen*

Zou u dit binnen de
zes maanden overwegen?

actiefase

uitvoering ondersteunen

consolidatiefase

*risico's en nieuwe
vaardigheden bespreken*

ja

nee

contemplatiefase

beslissingsbalans

precontemplatiefase

kennis en motivatie

terminatie

matig gebruik is een gewoonte

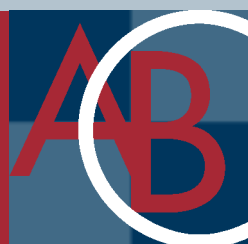
meer dan 5 jaar

altijd

hervал mogelijk

hervал

mogelijk



CONTINUÏTEIT

registreer fase en noteer gemaakte afspraken, vang hervал op

ABC-MODEL VOOR BEGELEIDING VAN ALCOHOLMISBRUIK

ANAMNESE

Peil naar alcoholgebruik bij klachten of problemen die mogelijk verband houden met drank, bij algemene preventie of ter aanvulling van dossier. Exploreer omstandigheden, persoonlijke situatie en afhankelijkheid.

- Hoeveel keer in de laatste zes maanden dronk u 6 glazen alcohol (SE ¹) of meer per dag?
- Hoe vaak in de week drinkt u alcohol (bier, wijn of sterkedrank)?
- Hoeveel glazen drinkt u per dag als u alcohol drinkt?

Indien $\geq 1x/maand$ 6 SE of meer/dag of ≥ 14 SE/week (vrouw) of ≥ 21 SE/week (man) \rightarrow gebruik vragenlijst ²

BEGELEIDING

Situeer altijd ten opzichte van andere gebruikers en geef advies ³

Is niet bereid iets te doen: precontemplatie

Verhoog kennis en motivatie met kort advies

- Informeer over veilige grenzen
- Situeer het gebruik van de patiënt t.o.v anderen
- Bespreek mogelijke gevolgen van overmatig gebruik
- Adviseer te minderen
- Bespreek uw beschikbaarheid
- Geef informatiefolder mee
- Benoem afhankelijkheidsprobleem
- Erken problemen en situatie van patiënt
- Situeer het gebruik van de patiënt t.o.v anderen
- Raad aan te stoppen
- Bespreek rol van de huisarts en verwijzing bij comorbiditeit, eerdere mislukte pogingen, sociale problemen, persoonlijkheidsstoornis, gebrek aan werkelijkheidszin,...

Positieve houding, maar wil niet direct veranderen: contemplatie

Maak balans op: exploreer persoonlijke situatie, accentueer ambivalentie en verhoog discrepantie

- Hoe belangrijk is het voor u te minderen?
- Hoe goed voelt u zich in staat dat te doen?
- Voor- en nadelen van minderen
- In welke situaties drinkt u?
- Welke moeilijkheden verwacht u bij stoppen?
- Voor- en nadelen van stoppen

Geef eventueel een huiswerkopdracht mee: alcoholagenda, sociaal netwerk opbouwen, zelfcontrole oefenen enzovoort.

Wenst te minderen of te stoppen: actiefase ³

Kom veranderingstrategieën overeen

- Geef praktische tips om te minderen
- Geef folder mee
- Geef een vervolgspraak
- Geen slaap- of kalmeermiddelen
- Bespreek stoppen thuis of in hospitaal
- Bespreek mogelijkheden van speciale hulp
- Verwijs door of geef nieuwe afspraak
- Overweeg diazepam (korte, lage dosis) en vitamine B1 300 mg, vitamine B6 50-250 mg

Noteer zorgvuldig afspraken in dossier

Gedragsverandering ingezet: consolidatie

- Bekrachtig pogingen
- Bespreek problemen
- Herhaal uw advies
- Stimuleer gevoel van eigen effectiviteit
- Exploreer achterliggende problemen en risico's
- Toon empathie, bevorder sociaal netwerk en overweeg acamprosaat (1-2 000 mg/d.) of disulfiram (250 mg/d.)

CONTINUÏTEIT

- Meerdere opvolgspraken zijn zinvol
- Neem zelf actief contact bij hoog risico

Noteer bij iedere fase de gemaakte afspraken en kom er steeds op terug in een volgend consult!

Hervalpreventie: Wat heeft ertoe geleid dat de verandering tijdelijk omsloeg? (belemmerende factoren identificeren)

Hoe kunnen we dit volgende keer vermijden? (beschermende factoren zoeken)

- 1 SE = standaardeenheid alcohol = 10 gram = 1 glas gewoon bier/wijn of sterkedrank (gewoon volume)
Belgisch speciaalbier bevat 1 tot 2,5 SE alcohol, naargelang gehalte en geschonken volume
- 2 vragenlijst: www.wvvh.be/psychosociaal/alcohol/vragenlijsten
- 3 tips: www.wvvh.be/psychosociaal/alcohol/tips

Meer weten? http://www.wvvh.be/abc_gedrag/index.html

matig risico of overmatig gebruik

hoog risico of afhankelijkheid