Samenwerkingsverband
Vroegsignalering
Alcoholproblematiek

In gesprek over alcoholgebruik

Handleiding Alcoholadvies voor professionals in de eerste lijn en het sociaal domein

Over deze handleiding

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Alcohol is overal in onze samenleving. **Veel mensen drinken alcohol**. Van de mannen drinkt 82% weleens alcohol, waarvan 64% meer dan 1 glas per dag. Van de vrouwen drinkt 70% weleens alcohol en 44% meer dan 1 glas per dag. Dat brengt risico's met zich mee. Als professional in de eerste lijn of het sociaal domein heb je een belangrijke rol in de signalering van problematisch of risicovol alcoholgebruik. Je ziet mensen regelmatig in je praktijk of in de wijk. Je ziet dan mogelijk, en vaak veel eerder dan de cliënt zelf, een verband tussen alcoholgebruik en bepaalde klachten of problemen.

Het is altijd zinvol om te vragen naar alcoholgebruik. Alleen al een gesprek kan zorgen voor bewustwording, en kan een eerste stap naar verandering zijn. Door het alcoholgebruik te bespreken kun je bijdragen aan een gezondere leefstijl van cliënten én aan de vermindering van klachten en problemen.

Niet iedere professional heeft de tijd om een cliënt te begeleiden om minder alcohol te drinken. Dat hoeft ook niet. Het is al een enorme winst als je signalen oppikt, dit bespreekt met je cliënt en een relatie legt met klachten en problemen. Daarnaast kun je de cliënt die daar voor open staat wijzen op laagdrempelige ondersteuningsmogelijkheden zoals (online) zelfhulp, de huisarts, de POH-GGZ of begeleiding door de lokale verslavingspreventie.

Centraal in deze handleiding staat een routekaart en een gespreksleidraad voor een adviesgesprek. Iedere professional in de eerste lijn en het sociaal domein kan het adviesgesprek inbedden in de eigen beroepspraktijk. De praktische informatie in deze handleiding helpt je bij deze voorbereiding en de uitvoering van het adviesgesprek.

Deze handleiding richt zich op professionals in de eerste lijn en het sociaal domein. Het SVA heeft ook handleidingen ontwikkeld voor het bespreken van alcoholgebruik in de tweede lijn (ziekenhuizen en de GGZ) en de werksetting.
Van deze handleiding is ook een zakkaart beschikbaar.

Dit is een interactief document. Gebruik het menu aan de linkerkant om de verschillende hoofdstukken te openen.

Voor wie en waarom deze handleiding?

Deze handleiding is voor alle professionals in de eerste lijn en het sociaal domein zoals:

- Huisartsen
- Praktijkondersteuners (POH's)
- Diëtisten en leefstijlcoaches
- Bedrijfsartsen
- Fysiotherapeuten
- Uitvoerders van de Gecombineerde Leefstijlinterventie (GLI)
- Verloskundigen of kraamzorgmedewerkers
- Wijkverpleegkundigen
- Thuiszorgmedewerkers
- Ouderenzorg medewerkers
- Maatschappelijk werkers
- Studentenpsychologen of -artsen

Het is zinvol om in de eerste lijn en het sociaal domein te vragen naar alcoholgebruik. Alleen dat zorgt al voor bewustwording en kan een eerste stap naar verandering zijn.

Zoals de meeste professionals weten kan alcoholgebruik tot ernstige lichamelijke en mentale klachten leiden. Echter, een veel grotere groep drinkers heeft last van 'minder ernstige' klachten zoals slecht slapen, somberheid, vermoeidheid, overgewicht, vallen en verhoogde bloeddruk. Met deze groep in gesprek gaan over alcoholgebruik kan tot een grote verbetering van de gezondheid leiden en kan ernstige klachten en verslaving voorkomen.

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Voor wie en waarom deze handleiding?

Aansluiting op andere handleidingen en richtlijnen
Deze handleiding is opgesteld door het Samenwerkingsverband Vroegsignalering Alcoholproblematiek. De handleiding ondersteunt professionals in de eerste lijn en het sociaal domein bij het signaleren van en doorvragen bij (problematisch of risicovol) alcoholgebruik. Als je op basis daarvan inschat dat er meer hulp nodig is dan je zelf kunt bieden, dan kun je verwijzen naar de juiste hulp en ondersteuning. Ook daarvoor biedt deze handleiding handvatten.

Deze handleiding sluit aan op de handleiding leefstijl voor huisartsen, en op richtlijnen voor problematisch alcoholgebruik voor de huisarts, POH-GGZ en specialisten (de Multidisciplinaire Richtlijn Stoornissen in het gebruik van alcohol).

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Waarom alcoholgebruik bespreken?

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

(1) Alcoholgebruik kan voor lichamelijke, mentale en sociale problemen zorgen, ook als iemand niet verslaafd is

(2) Veel mensen drinken overmatig

(3) Mensen kennen niet altijd de risico's van alcohol

(4) Het helpt om er snel bij te zijn als iemand te veel drinkt

(5) Er rust een taboe op praten over alcoholgebruik. Hierdoor komen mensen onnodig in de problemen

(6) Een simpele vraag, gevolgd door een kort advies kan genoeg zijn om iemand aan het denken te zetten en kan tot een gedragsverandering leiden

(7) Jij, als professional hoeft niet alles zelf op te lossen

Lees hier meer over de redenen om in gesprek te gaan

Ga over onderstaande buttons om te kijken wat voor jou van toepassing is

- Huisarts
- POH GGZ
- POH Somatiek
- POH Ouderen
- Diëtisten/leefstijlcoaches
- Fysiotherapeuten/uitvoerders GLI
- Wijkverpleegkundigen
- Thuiszorg medewerkers
- Verloskundigen of kraamzorg
- Ouderenzorg medewerkers
- Bedrijfsartsen
- Maatschappelijk werkers
- Studentenpsychologen of -artsen

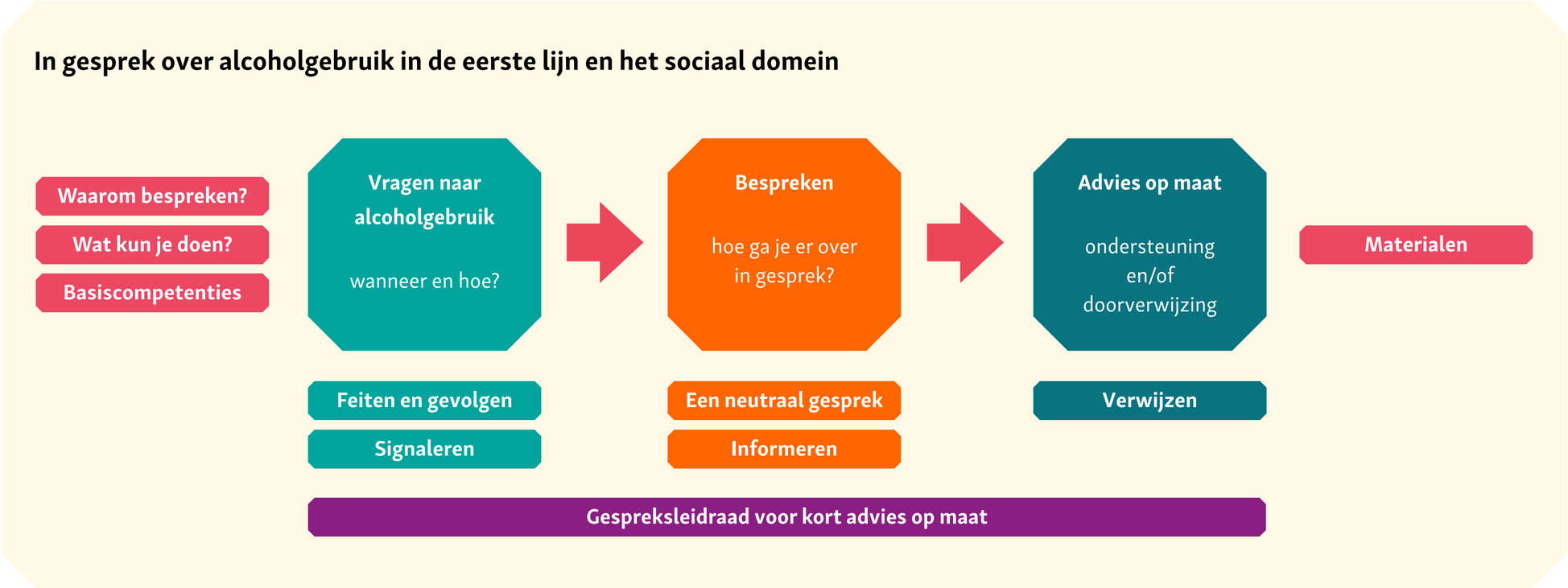
- Voorkomen van gewoontedrinken en alcoholverslaving
- Gezonde leefstijl
- Overgewicht/obesitas (afvallen en op gewicht blijven)
- Voorkomen van welvaartziekten (diabetes, hart en vaatziekten, kanker)
- Voorkomen van valincidenten
- Conditie/Sporten
- Goed slapen
- Gezonde zwangerschap
- Verbetering mentale gezondheid
- Gezond herstel (van operatie of wondgenezing)
- Huiselijk en/of seksueel geweld
- Sociale problematiek zoals financiële- of relatieproblemen
- Alcohol in combinatie met medicatie
- Veilige verkeersdeelname
- Re-integratie naar werk
- School- of studieproblemen

Wat kun je als professional in de eerste lijn en het sociaal domein doen?

- Beschikken over voldoende kennis en competenties
- Signaleren van (overmatig) alcoholgebruik
- Alcoholgebruik neutraal bespreken
- Informatie geven over alcoholgebruik
- Verwijzen naar zelfhulp, preventie of behandelaanbod
- Een kort advies op maat geven

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Routekaart



Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Basiscompetenties voor professionals

Weten:

- Het advies van de Gezondheidsraad over het drinken van alcohol
- Feiten over en gevolgen van alcoholgebruik
- Wanneer vragen naar alcoholgebruik
- Wanneer drinken problematisch is
- Wat mensen zelf kunnen doen
- Hoe je naasten kunt ondersteunen, ook met materiaal
- Dat het belangrijk is dat mensen zélf de keuze maken om iets te doen met het advies
- Wat je als professional zelf kunt doen
- Wanneer en waarnaar je kunt doorverwijzen

Kennen/kunnen

- Gespreksvaardigheden, 10 tips
- Ken je eigen drempels om alcoholgebruik te bespreken

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Feiten over en gevolgen van alcoholgebruik

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Ieder standaardglas alcoholhoudende drank bevat **10 gram pure alcohol**. De lever breekt het grootste deel van de alcohol af en doet dit met 7 gram per uur. Na het eerste glas bereikt de alcohol na 10 minuten de hersenen, en is iemand onder invloed.

Vrouwen kunnen slechter tegen alcohol dan mannen. Mensen die niet regelmatig drinken, kunnen ook een sterker effect verwachten.

De Gezondheidsraad stelt: er is geen veilige ondergrens aan alcoholgebruik. Dat betekent dat elk niveau van alcoholgebruik schadelijk kan zijn. Daarom is het gezond en veilig om geen alcohol te drinken.

Er is sterk bewijs dat bij elk innameniveau het risico op 7 soorten kanker toeneemt. Ook verhoogt alcohol het risico op orgaanschade en mentale problemen zoals somberheid en angst.

Alcohol heeft een verdovende werking op de hersenen. Daarom zijn er strenge regels voor deelname aan het verkeer onder invloed van alcohol. Bij een promillage vanaf 0,2 (beginnend bestuurders) of 0,5 (ervaren bestuurders) start Justitie een strafrechtelijke procedure. Afhankelijk van hoe hoog het promillage is, volgt een boete, rijontzegging of gevangenisstraf.

Alcohol tijdens de zwangerschap is slecht voor een ongeboren baby. De baby kan te vroeg geboren worden, of te licht zijn. Ook is er kans op schade aan de hersenen of andere organen van de baby.
Lees hier meer over alcohol en zwangerschap.

Als een vrouw alcohol drinkt en borstvoeding geeft, drinkt de baby mee. Alcohol is schadelijk voor de ontwikkeling van de organen van de baby, zoals de hersenen. Als er toch alcohol is gedronken, moet minstens drie uur gewacht worden met borstvoeding.

Feiten over en gevolgen van alcoholgebruik

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Sporten en alcohol drinken gaan slecht samen. De lever gaat meteen aan de slag om alcohol af te breken. Daardoor is er minder energie voor het sporten of het herstellen van sport. Alcohol heeft op verschillende manieren ook een slechte invloed op de spieropbouw.

- Lees hier meer over alcohol en sporten.

Alcoholische dranken bevatten veel calorieën. Te veel alcohol kan leiden tot overgewicht en een vergrote buikomvang. Buikvet kan leiden tot hart- en vaatziekten, diabetes type 2 en galstenen.

- Lees hier meer over alcohol en voeding.

Alcohol is verslavend. Bij lichamelijke afhankelijkheid zijn er ontwenningsverschijnselen als het drinken stopt, zoals trillen en transpireren. Bij geestelijke afhankelijkheid is ‘willen’ ‘moeten’ geworden. Bij afhankelijkheid lukt het niet om te minderen of te stoppen, ook al weet iemand dat dat beter zou zijn.

- Lees hier meer over signalen van een alcoholverslaving.

Alcoholgebruik kent maatschappelijke kosten en schade, bijvoorbeeld: ziekteverzuim, geweld, verkeersongelukken, gezondheidszorg en kosten voor politie en justitie.

- Lees hier meer.

Overmatig alcoholgebruik of verslaving kan **grote gevolgen hebben voor naasten**: het kan leiden tot stress, angstklachten, depressieve klachten en sociale problemen.

- Lees hier meer over het ondersteunen en betrekken van naasten.

Gevolgen van alcohol voor lichamelijke en mentale gezondheid.

Signaleren van (overmatig) alcoholgebruik

Onderstaande klachten of problemen zijn signalen die kunnen duiden op overmatig alcoholgebruik.
Alcoholgebruik kan leiden tot meer dan 200 ziekten en aandoeningen. Vraag dus bij onverklaarbare klachten altijd naar het alcoholgebruik, ook als er geen signalen zijn. Gebruik daarvoor de gespreksleidraad van deze handleiding.

Fysieke signalen

- Maag- en darmklachten
- Onverklaarde hartkloppingen
- Overmatig transpireren
- Overgewicht
- Vermoeidheid
- Spider naevi (rode bultjes met daar omheen zichtbare bloedvaatjes)
- Erythemateus en oedemateus (rood en gezwollen gezicht)
- Afwijkende bloedwaarden
- Neuropathie
- Aanwezigheid van alcoholgeur of andere sterke geuren ter maskering

Lees hier meer over alcohol en lichamelijke gezondheid.

Gedrags- of psychische signalen

- Angst-, stress en/of depressieklachten
- Slaapproblemen
- Seksuele problemen
- Tremoren, collaps, black-outs, ongevallen of fracturen
- Frequent gebruik van tranquillizers en hypnotica
- Frequente spreekuurbezoeken of bezoeken aan de spoedeisende hulp
- Een wisselend, onduidelijk klachtenpatroon of onverklaarbare lichamelijke klachten
- Huurachterstanden of schulden
- Aanwijzingen voor huiselijk geweld
- Problemen in relaties of op het werk

Lees hier meer over alcohol en mentale gezondheid.

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Een neutraal gesprek over alcoholgebruik

- Kies een neutrale insteek. Benader alcoholgebruik niet meteen als iets problematisch, maar als leefstijlfactor.
- Ga bij jezelf na of er gevoelens of overtuigingen zijn die zo'n neutrale insteek in de weg kunnen staan.
- Wees nieuwsgierig, niet veroordelend, luister goed, vul niet in en stel open vragen.
- Laat iemand zelf beslissen wat te doen met de informatie en het advies.

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Informatie geven over alcohol en alcoholgebruik

- Vraag of de patiënt of cliënt wel eens heeft gedacht dat bepaalde klachten of problemen kunnen samenhangen met alcoholgebruik.
- Vraag toestemming om daar iets meer over te vertellen.
- Maak daarvoor gebruik van feiten over en gevolgen van alcoholgebruik.
- Sluit aan bij de vraag, klachten of problemen, en informeer over de relatie van alcohol daarmee. Lees daarvoor meer over alcohol en lichamelijke gezondheid en alcohol en mentale gezondheid.
- Wijs op bronnen met meer informatie over alcohol, zoals allesoverdrinken.nl of de folder '7 dingen die je moet weten over alcohol.'.

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Verwijzingsmogelijkheden

Zelfhulp

- Thuisarts.nl/alcohol
- www.allesoverdrinken.nl
- ikpas.nl
- Bekijk hier de keuzekaart zelfhulp
- Apps om zelf te minderen

Preventief aanbod - laagdrempelig en kosteloos

- Bekijk hier de contactgegevens van de regionale verslavingspreventie

Behandelaanbod

- Kijk hier voor de online digitale poli's
- Kijk hier voor een overzicht van specifieke interventies
- Bekijk hier de keuzekaart behandelmogelijkheden
- Kaart met regionale instellingen voor verslavingszorg

Ondersteuning voor naasten

- Informatie voor naasten op Thuisarts.nl
- Hulp voor naasten op allesoverdrinken.nl

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Adviesgesprek op maat - een leidraad

Denk na over gelegenheden om alcoholgebruik ter sprake te brengen

- Als onderdeel van een consult
- Als onderdeel van een gesprek over leefstijl
- Bij het voorschrijven van medicijnen die interacteren met alcoholgebruik
- Als het een patiënt of cliënt betreft die:
  - zwanger is of zwanger wil worden
  - tot een groep behoort waar de kans op zwaar alcoholgebruik groter is, zoals bij rokers en jongeren
  - levensgebeurtenissen doormaakt zoals een scheiding, ontslag of pensionering
  - lichamelijke of mentale gezondheidsproblemen heeft die door alcoholgebruik kunnen komen of kunnen bijdragen aan alcoholgebruik
  - chronische gezondheidsklachten heeft die niet opknappen

Bekijk hier signalen om in gesprek te gaan.

Verdiep je in de screeningsvragen

Deze leidraad maakt gebruik van de vragen van de AUDIT-C, die vragen naar de hoeveelheid en frequentie van alcoholgebruik. Als je gewend bent om te werken met andere vragen om hoeveelheid en frequentie van alcoholgebruik in kaart te brengen, dan kun je die gebruiken.

Bereid het proces voor

- Bekijk hier wat je moet weten en kunnen.
- Maak, indien mogelijk, gebruik van reminders via het EPD.
- Zorg voor kopieën van zakkaarten en folders, zie materialen.
- Bespreek het proces met collega's en stel een gezamenlijk beleid op.
- Vraag een workshop aan (mail naar: info@herkenalcoholproblematiek.nl).
- Oefen minimaal één keer met de gespreksleidraad, bijvoorbeeld met een collega of familielid.

Ga naar de leidraad

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Leidraad 1. Vraag naar alcoholgebruik

Vraag naar alcoholgebruik

Vraag binnen een leefstijlinventarisatie, of zodra er een aanleiding of signaal is:
Drinkt u wel eens bier, wijn, mixdrankjes of andere drankjes met alcohol?

Nee

U hoeft niet door te vragen, bekrachtig met informatie:

Niet drinken past bij een gezonde leefstijl. Het advies van de Gezondheidsraad is: Drink geen alcohol of in elk geval niet meer dan één standaardglas alcohol per dag

Ja

Vraag toestemming om er over door te vragen:

Het drinken van alcohol kan samenhangen met gezondheidsklachten. Vindt u het goed dat ik u een paar vragen over uw alcoholgebruik stel?

Nee

Respecteer de keuze van de patiënt, vraag eventueel om er later op terug te komen:

- ***Als u wilt, kunnen we dit onderwerp parkeren.***
- ***Vindt u het goed als we hier op een later moment op terugkomen?***
- ***Vindt u het goed als ik u er bij de volgende afspraak nog eens naar vraag?***

Vertel
Geen enkel niveau van alcoholgebruik is veilig voor de gezondheid.
Geef een folder mee of verwijs naar online informatie (zie bij materialen).

Ja

Stel de screeningsvragen naar alcohol

Hoe vaak drinkt u alcohol?

Nooit	Maandelijks of minder	2-4 maal per maand	2-3 maal per week	4 of meer maal per week
0	1	2	3	4

Hoeveel glazen drinkt u op een typische dag dat u alcohol drinkt?

1 of 2	3 of 4	5 of 6	7,8 of 9	10 of meer
0	1	2	3	4

Hoe vaak dronk u in het afgelopen jaar ZES of meer glazen alcohol op één gelegenheid?

Nooit	Minder dan eens per maand	Maandelijks	Wekelijks	Dagelijks of bijna iedere dag
0	1	2	3	4

Tel de scores van de screeningsvragen op. Wat is het risico?

Risico	laag	verhoogd	sterk verhoogd
Vrouwen	0-2	3-5	6 en hoger
Mannen	0-3	4-5	6 en hoger
Actie	Advies Gezondheidsraad	Advies op maat	Advies op maat

Ga naar de volgende pagina voor adviezen.

Leidraad 2. Advies op maat

Risico	laag	verhoogd	sterk verhoogd
Vrouwen	0-2	3-5	6 en hoger
Mannen	0-3	4-5	6 en hoger
Actie	Advies **Gezondheidsraad**	Advies op maat	Advies op maat

Laag risico	Verhoogd risico	Sterk verhoogd risico
Geef een folder mee of verwijs naar online informatie (zie bij materialen). Adviseer om binnen de grenzen van de **gezondheidsraad** te blijven.	Vertel de patiënt dat het alcoholgebruik mogelijk riskant is. ***Mogelijk is uw alcoholgebruik risicovol of schadelijk. Hoe meer alcohol u drinkt hoe groter de risico's zijn. Alcoholgebruik kan gezondheidsklachten verergeren of voor meer problemen zorgen. Vindt u het goed als ik u daar wat meer over vertel?***	Vertel de patiënt dat het alcoholgebruik riskant is. ***Uw alcoholgebruik is risicovol of schadelijk. Hoe meer alcohol u drinkt hoe groter de risico's zijn. Alcoholgebruik kan gezondheidsklachten verergeren of voor meer problemen zorgen. Vindt u het goed als ik u daar wat meer over vertel?***

Nee ← → **Ja**

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Nee

Respecteer de keuze en vraag of je informatie mag meegeven.

Ja

Benoem de klachten/aandoeningen/ziekten die je hebt waargenomen en verken samen of er meer zijn die alcoholgerelateerd kunnen zijn.

Bespreek het gezondheidsadvies over het drinken van alcohol. Verken vervolgens samen wat de patiënt of cliënt wil doen om het alcoholgebruik te verminderen. Ontlok verandertaal.

Wil niet veranderen of twijfelt	Wil veranderen, zelfstandig	Wil veranderen, wil begeleiding
Wees niet ontmoedigd, twijfel komt vaak voor. Het bespreken van alcoholgebruik en jouw advies kan ook al voor een verandering gezorgd hebben. **Voor nu:** Vraag of je informatie mag meegeven (zie bij materialen).	Wijs op www.allesoverdrinken.nl voor meer informatie, op de middelenmeter voor mensen die hun gebruik willen bijhouden, op apps om zelf te minderen en op ikpas.nl voor mensen die hun alcoholgebruik op pauze willen zetten. Vraag of je informatie mag meegeven (zie bij materialen).	Verken samen de mogelijkheden: ◆ Voor vragen en begeleiding kunnen mensen altijd terecht bij de huisarts, motiveer om een afspraak te maken ◆ Wijs op informatie over hulp op Thuisarts.nl ◆ Wijs op (online) zelfhulp, de verslavingspreventie of verslavingszorg, zie daarvoor dit overzicht Vraag of je informatie mag meegeven (zie bij materialen).
Maak een aantekening in het dossier dat er over alcoholgebruik is gesproken.	Maak een aantekening in het dossier dat er over alcoholgebruik is gesproken. Kom bij een volgend bezoek terug op de afspraken of intenties. Wat is er ondernomen en hoe is het gegaan?	Maak een aantekening in het dossier dat er over alcoholgebruik is gesproken. Kom bij een volgend bezoek terug op de afspraken of intenties. Wat is er ondernomen en hoe is het gegaan?

Materialen

Alcoholgebruik bespreken

- Alcoholbespreken.nl in de wijk
- Werkkaart Alcohol bespreekbaar maken in de wijk
- Werkkaart Risicovol alcoholgebruik studenten hbo/wo
- Gesprekskaart alcohol voor bedrijfsartsen
- Praktijkhandleiding leefstijl voor huisartsen
- Alcoholgebruik signaleren en bespreekbaar maken voor POH's
- In gesprek gaan over risico's van alcoholgebruik tijdens de zwangerschap
- Zakkaart In gesprek over alcohol
- Zakkaart AUDIT-C

Materiaal voor patiënten/cliënten en naasten

- Informatie over alcohol en minderen
- Folder '7 dingen die je moet weten over alcohol'
- Zelfhulp allesoverdrinken.nl
- Werkkaart naasten en alcohol

Voorbeelden voor gespreksvoering

- Alcohol bespreken, voorbeeld 1
- Alcohol bespreken, voorbeeld 2

Printversies

- Vragenlijst Audit-C – printversie cliënten
- Alcoholdagboek van thuisarts.nl – printversie cliënten

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Lokaal aanbod preventie en voorlichting

Brijder
(Noord-Holland en Zuid-Holland Noord)
Email: preventie@brijder.nl

Jellinek
(Provincie Utrecht, Amsterdam, Gooi- en Vechtstreek)
Email: preventie@jellinek.nl

Indigo
(Haaglanden)
Email: preventie@indigohaaglanden.nl

Antes Zorg/Youz
(Zuid-Holland Zuid)
Email: preventie@youz.nl

Emergis/1NUL1
(Zeeland)
Email: info@emergispreventie.nl

Novadic-Kentron
(Noord-Brabant)
Email: preventie@novadic-kentron.nl

Verslavingszorg Noord Nederland
(Friesland, Drenthe, Groningen)
Email: info@vnn.nl

Tactus Verslavingszorg
(Flevoland, Overijssel, Gelderland)
Email: vragen@tactus.nl

IrisZorg
(Gelderland)
Email: preventie@iriszorg.nl

Vincent van Gogh
(Noord-Limburg)
Email: vvgpreventie@vigogroep.nl

Mondriaan
(Zuid-Limburg)
Email: preventie@mondriaan.nl

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Bronnen

De informatie in deze handleiding is gebaseerd op de bronnen genoemd

in deze handleiding, waaronder:

- Expertisecentrum Alcohol - Cijfers alcoholgebruik volwassenen
- Alcoholgebruik volwassenen: advies van de Gezondheidsraad
- Multidisciplinaire Richtlijn (MDR) Stoornissen in het gebruik van alcohol
- NHG-Standaard Problematisch alcoholgebruik
- GGZ Zorgstandaard Problematisch Alcoholgebruik en Alcoholverslaving

Over deze handleiding
Voor wie?
Waarom bespreken?
Wat kun je doen?
Routekaart
Basiscompetenties
Feiten en gevolgen
Signaleren
Een neutraal gesprek
Informeren
Verwijzen
Adviesgesprek
Gespreksleidraad
Materialen
Bronnen

Colofon

Samenwerkingsverband Vroegsignalering Alcoholproblematiek

Deze handleiding is ontwikkeld in opdracht van het Samenwerkingsverband Vroegsignalering Alcoholproblematiek (SVA).
Het SVA wordt gefinancierd door het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS).

Samenstelling door
Suzan Oudejans (Mark Bench), Rob Bovens (Tranzo), Masha Spits (Mark Bench), Lex Lemmers (Trimbos-instituut) en Anneke Hoeven (Trimbos-instituut).

Begeleidingscommissie
Gerard Molleman (onafhankelijk voorzitter SVA), Floor van Bakkum (Jellinek Preventie) en Tamara de Bruijn (Verslavingskunde Nederland).

Vormgeving
The Creative Hub, Canon

Deze handleiding is een document in ontwikkeling. Heb je opmerkingen, suggesties of aanvullingen? Stuur dan een bericht via het contactformulier van het SVA.

Samenwerkingsverband Vroegsignalering Alcoholproblematiek (2024). In gesprek over alcoholgebruik. Handleiding alcoholadvies voor professionals in de eerste lijn en het sociaal domein. Utrecht.

Met dank aan de kritische blik op en bijdragen aan eerdere versies van deze handleiding door de lokale aandachtfunctionarissen vroegsignalering alcoholproblematiek en de verschillende professionals in de eerste lijn en het sociaal domein.