



Is mijn
patiënt
onder
invloed?

signalenlijst alcoholgebruik

Nederland telt rond de 1 miljoen zware drinkers, mensen die op één of meer dagen per week minstens zes glazen alcohol drinken. Een gemiddelde huisartsenpraktijk telt circa 200 probleemdrinkers, mensen die langdurig veel drinken en daardoor lichamelijk en psychisch minder goed functioneren en problemen krijgen op het werk en in hun relaties. Tijdige signalering en interventie door huisarts en POH-GGZ is nodig om dit aantal probleemdrinkers omlaag te brengen.

1. OVERMATIG ALCOHOLGEBRUIK SIGNALEREN

Algemeen;

- frequent bezoek op uw spreekuur met wisselende klachten waarvoor moeilijk een oorzaak te vinden is;
- vraag naar benzodiazepinen;
- informatie uit de omgeving;
- familiale alcoholproblematiek.

Lichamelijke observaties kunnen zijn;

- alcoholgeur;
- wijde pupillen;
- opgezwollen, rood gelaat;
- spraak- en coördinatiestoornissen;
- schaaf- of brandwonden, ongevallen, fracturen, black-outs;

Lichamelijke klachten, zoals:

- Verminderde conditie en/of gewichtsverandering;
- Slaapproblemen;
- Maag- en darmklachten (o.a. reflux) / Hart- en longklachten (o.a. hartkloppingen);

- Hoofdpijn;
- Vermoeidheid, algehele malaise;
- Foetor alcoholicus (= slechte adem door alcoholgebruik);
- Erythemateus of oedemateus gelaat (= zwellingen in het gezicht, opgeblazen gezicht);
- Roodheid in het gezicht of roodheid van de ogen;
- Spraakstoornissen;
- Tremoren (= voortdurende schudbeweging);
- Stoornissen in het reactievermogen;
- Transpiratie;
- Braken;
- Jicht;
- Spider naevi (= een veel voorkomende onschuldige vaataandoening van de huid. De afwijking bestaat uit een centrale rode verhevenheid (de 'kop van de spin') die meestal zo groot is als een speldenknop.

Ziekten die in verband staan met alcohol

- gastritis;
- verhoogde bloeddruk;
- vetlever;
- overgewicht;
- alcoholhepatitis;

- levercirrose;
- polyneuropathie;
- geheugenstoornissen;
- verder verhoogt alcohol de kans op kanker (darm-, borst-, slokdarm-, lever- en alvleesklierkanker).

Psychische klachten, zoals:

- Stress;
- Stemmingsklachten;
- Depressie;
- Angst;
- geheugenstoornissen;
- verlies concentratievermogen;
- sneller prikkelbaar;
- motiveren van eigen alcoholgebruik, bagatelliseren;
- intens bezig zijn met alcohol;
- ontremming.

Wees ook alert bij:

- Sociale problemen (o.a. verwaarlozing van zelf of omgeving, werkproblemen, conflicten in contact en relatie, seksuele problemen, (huiselijk) geweld)
- Overmatig nicotinegebruik

2. OVERMATIG ALCOHOLGEBRUIK DOORVRAGEN

Alleen al het vragen naar alcoholgebruik m.b.v. een korte screener, kan leiden tot een vermindering van 3-4 glazen per week.

Screener

1. Hoe vaak gebruikte u in het afgelopen jaar een alcoholhoudende drank?

- 0 = nooit
- 1 = maandelijks of minder
- 2 = 2 - 4 maal per maand
- 3 = 2 - 3 maal per week
- 4 = 4 of meer maal per week

2. Hoeveel glazen alcoholhoudende drank gebruikte u op een doorsnee dag in het afgelopen jaar?

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

3. Hoe vaak gebruikte u zes of meer glazen alcoholhoudende drank tijdens een bepaalde gelegenheid in het afgelopen jaar?

- 0 = nooit
- 1 = minder dan eens per maand
- 2 = maandelijks
- 3 = wekelijks
- 4 = dagelijks of bijna iedere dag

Bij vrouwen 4 of meer punten? Doorvragen
Bij mannen 5 of meer punten? Doorvragen

De Nederlandse Gezondheidsraad zegt:
'drink géén alcohol of in ieder geval niet meer dan één standaardglas alcohol per dag'.

3. OVERMATIG ALCOHOLGEBRUIK DOORVERWIJZEN

Jellinek biedt specialistische en topklinische behandeling voor verslavingsproblematiek

U kunt uw patiënt verwijzen via:

- Digitaal: Zorgdomein / Ksyos
- Telefonisch: 020 590 55 55 of 088 505 12 02
- Fax: 020 590 55 90

Is aanmelden voor behandeling nog een te grote stap voor uw patiënt? U kunt uw patiënt wijzen op:

- De Jellinek online zelfhulp: www.zelfhulpalcohol.nl
- De begeleide Jellinek online zelfhulp: www.zelfhulpbegeleid.nl
- De mogelijkheid voor een gratis en vrijblijvend adviesgesprek bij Jellinek.

Wilt u overleggen met Jellinek over een mogelijke aanmelding van een patiënt? Of heeft u een algemene vraag over verslaving of middelen? Dan kunt u contact opnemen met het Jellinek expert team. Hier werkt dagelijks een team van psychologen, preventiewerkers en verslavingsartsen die graag uw vragen beantwoorden. U kunt tussen 9.00-17.00 contact opnemen met: 088 505 1220



→ **Doorverwijzen?** Digitaal: Zorgdomein / Ksyos > Telefonisch: 020 590 55 55 of 088 505 12 02 > Fax: 020 590 55 90