

Alkoholiongelmien käypä hoito

Julkaistu 17.12.2015

Käypä hoito -suositusten keskeinen sisältö perustuu tieteellisiin vaikuttavuustutkimuksiin. Suomalainen Lääkäri-seura Duodecim on yhdessä erikoislääkäriyhdistysten kanssa laatinut viime vuosien aikana yli 50 keskeisten sairauksien hoitosuosituksen. Tavoitteena on hoidon laadun parantaminen.

Suositukset eivät ole yksioikoisia viranomaismääräyksiä, vaan niitä käytetään eräänä ohjenuorana, kun yksittäinen asiakas yhdessä hoitotyöntekijän kanssa miettii, mitkä toimintamuodot kenties sopisivat tähän hoitotapahtumaan ja tuottaisivat mahdollisimman hyvän tuloksen.

Alkoholiongelmaisen Käypä hoito -suosituksen ensimmäinen versio valmistui Päihdelääketieteen yhdistyksen työryhmän avustamana keväällä 2005. Sen jälkeen hoitosuosituksia on päivitetty kahteen otteeseen, viimeisin versio julkaistiin syksyllä 2015. Alkoholiongelmaisen Käypä hoito -suosituksessa otetaan kantaa alkoholin riskikäytön sekä alkoholiriippuvuuden hoitoon, alkoholiongelmaisen työkyvyn arviointiin sekä päihdehoitopaikkojen laadukkuuteen. Lisäksi suosituksessa on huomioitu erityisryhmien, kuten samanaikaisista mielenterveysongelmista kärsivien, nuorten, ikääntyvien sekä raskaana olevien hoitolinjauksia. Suositus on tarkoitettu lähinnä perusterveydenhuollon, työterveyshuollon ja erikoissairaanhoidon henkilöstölle, mutta se soveltuu käytettäväksi myös päihdehuollon erityispalveluissa ja sosiaalihuollossa.

Suosituksen laajimman osan muodostavat näytönastekatsaukset, jotka perustuvat tutkimustietoon, erityisesti satunnaistettuihin kontrolloituihin koeasetelmiin. Tiedon luotettavuutta kuvataan näytön asteilla A, B, C ja D, joista A edustaa vahvinta tutkimusnäyttöä ja taso D perustuu käytännön kokemuksiin. Aste D on tarpeen etenkin silloin, kun jonkun hoitomuodon tieteellisemmät arvioinnit toistaiseksi puuttuvat.

Suosituksessa painotetaan, että alkoholiongelman ehkäisyssä, havaitsemisessa ja hoidossa terveydenhuollolla on keskeinen asema. Terveystieteiden kaikissa hoitopaikoissa on tärkeää muistaa alkoholiongelman yleisyys ja etsiä ongelmaa aktiivisesti eri potilasryhmistä. [Lyhytneuvonta](#) (mini-interventio) on tehokas tapa vaikuttaa alkoholinkäyttöön ja ehkäistä alkoholin aiheuttamia haittoja.

Käypä hoito -suosituksessa korkean riskin tasoksi on määritelty miehillä 23–24 annosta ja naisilla 12–16 annosta viikossa. Tämä voidaan katsoa hälytysrajaksi, jolloin alkoholinkäyttöön viimeistään tulisi puuttua. Kohtalaisen riskin tasoksi on määritelty miehillä 14 ja naisilla 7 annosta viikossa. Myös runsas viikottainen kertajuominen (naisilla 5–6 ja miehillä 6–7 annosta kerralla) tai toistuva humalahakuinen juominen luokitellaan riskikulutukseksi lisääntyneen tapaturmariskin takia. Tärkein alkoholin käyttöhäiriön diagnosointikeino on keskustelu potilaan kanssa, mutta apuna voidaan käyttää myös kyselylomakkeita ja laboratoriomittareita.

Psykososiaalinen hoito eri muodoissaan on tehokkaampaa kuin hoitamatta jättäminen. Hyvä hoitosuhde on yhteydessä hyviin hoitotuloksiin. Hoitavan henkilön vuorovaikutustaidot vaikuttavat ilmeisesti hoitotulokseen ja psykososiaalisen hoidon tulokset vaihtelevat hoitavan henkilön mukaan. Motivoiva haastattelu lisää hoidon tuloksellisuutta ja parantaa hoidon jatkuvuutta. Itsehoitoaineistojen käyttö tuottaa lievissä tapauksissa samantasoisia tuloksia kuin terapiassa käyminen. Alkoholiongelmaan kietoutuu potilaan koko elämänpiiri, joten hoidonkin on oltava kokonaisvaltaista.

[Psykososiaaliset hoidot](#) ovat alkoholiriippuvuuden hoidon perusta, mutta hoitotulosta voidaan parantaa lääkityksellä. Lääkkeistä bentsodiatsepiinit ovat tehokkaita lyhytaikaisesti alkoholin vieroitusoireiden hoidossa, mutta säännöllistä käyttöä ei suositella. [Alkoholiriippuvuuden lääkehoidossa](#) disulfiraami on ensisijainen valinta, mikäli hoidon tavoitteena on täysraittius. Jos hoidon tavoitteena on alkoholin käytön vähentäminen tai lopettaminen vähitellen, suositellaan käytettäväksi opioidi-antagonisteja (naltreksoni tai nalmefeeni).

Tarkempia tietoja [Käypä hoito suosituksista](#) .

Solja Niemelä

Psykiatrian professori (ma.), päihdelääketieteen erityispätevyys
Oulun yliopisto ja Lapin sairaanhoitopiiri

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihdeongelmien-hoito/alkoholiongelmien-kaypa-hoito>