

Behandling av abstinenssymtom

Publicerad 15.7.2016.

När man avbryter en regelbunden alkoholanvändning som pågått länge orsakar det ett abstinensstillstånd som är kraftigare än bakrus. Abstinenssymtomen som alkoholen orsakar klassificeras vanligtvis från lindriga till måttliga och kraftiga. De lindrigaste abstinenssymtomen lättar inom några dygn, kraftigare och obehandlade abstinenssymtom kan däremot vara livshotande.

Abstinenssymtomen beror på att kroppen anpassat sig till att det finns alkohol i kroppen när man använder alkohol regelbundet, och när alkoholen försvinner ur kroppen går nervsystemet in i ett överkänslighetstillstånd. Gradvis ökande abstinenssymtom uppstår inom cirka 12 timmar efter att alkoholanvändningen upphört, hos en del kan promillevärdet fortfarande vara högt (upp till 1–2 promille). Utan behandling tenderar abstinenssymtomen att intensifieras så att den som lider av abstinenssymtomen börjar må betydligt sämre inom några dygn. Det är därför viktigt att förutse abstinenssymtomen och behandla situationen på rätt sätt, till exempel genom att uppsöka jourmottagningen på en hälsovårdscentral eller ett sjukhus.

De vanligaste upplevda och konstaterade abstinenssymtomen är ångest, sömnsvårigheter, rastlöshet, förvirring, darrningar, svettning, ökad kroppstemperatur, illamående och olika känselstörningar och balansstörningar. En vanlig följd av dessa är ofta också ett kraftigt förhöjt blodtryck och ökad puls. Kraftiga abstinenssymtom kan också innefatta syn- och hörselhallucinationer, psykotiska symtom, medvetlöshet och krampfall ("fyllekramper"). Inom hälsovården används förutom intervjuer också CIWA-Ar-instrument som en bedömningsmetod.

Man kan försöka lindra abstinenssymtomen genom att gradvis minska användningen av alkohol och därmed anpassa kroppen till den nya situationen. Vid lindriga abstinenssymtom är det absolut bäst att undvika alkohol ("återställare") och även läkemedel (särskilt sömnmedel och lugnande medel). Den bästa egenvården är att vila sig, eftersom fysisk ansträngning kan bidra till exempel till rytmstörningar i hjärtat. Till egenvårdsmodellen hör också att få vätska och näring samt vid behov ta receptfria läkemedel till exempel för behandling av värk. Vanligtvis mår man bättre inom några dygn.

Om egenvård inte räcker eller är möjligt, kan man söka hjälp för behandlingen av abstinenssymtom vid en hälsovårdsstation, jourpoliklinik, A-klinik eller Missbrukarpolikliniken. Av erfarenhet vet man att det kan kännas skamligt att uppsöka vård. Men för rätt bedömning och vård behövs korrekt information om situationen där alkoholen eller läkemedlen användes, för att undvika onödiga undersökningar och till och med felaktiga diagnoser.

Avvänningsbehandlingen kan efter det utföras som öppen avgiftningsvård, där medicineringen och uppföljningen sker på mottagningen under några dygn. I extrema fall utförs avvänningsbehandlingen på avdelningen eller till och med på sjukhusets övervakningsavdelning, där vården är mera intensiv och effektiverad. På ett sjukhus eller en avgiftningsavdelning omfattar den medicinska behandlingen vanligtvis användningen av bensodiazepiner för att lindra abstinenssymtomen och förebygga kramper samt vitamin B1-injektioner för att förebygga hjärnskador (bristtillstånd). Sådana vårdperioder pågår vanligtvis några dagar. Utdragna vårdperioder är vanligtvis förknippade med associerade sjukdomar eller samtidigt användning eller missbruk av läkemedel som förlamar det centrala nervsystemet.

Abstinenssymtom är alltid en stark indikation på alkoholism och därför är det mycket viktigt att hitta en lösning på alkoholanvändningssituationen och hur alkoholanvändningen kan kontrolleras. När abstinenssymtomen gått över rekommenderas att man låter göra en bedömning av situationen och ber om den service och stöd som behövs för situationen.

Petri Kylmänen

Sjukskötare högre YH, Koordinator för missbrukarvården

Specialtjänster inom psykiatri och missbrukarvård, Helsingfors stad

link

Källor ►

Källa till webbadress: <https://paihdelinkki.fi/sv/databank/informationssnuttar/alkohol/behandling-av-abstinenssymtom>