

Sådan håndterer vi rusmidler og misbrug i Haderslev Kommune – Faktaark



Haderslev

Bilag 2

Faktaark til

- Sådan håndterer vi rusmidler og misbrug i Haderslev Kommune

- Kan anvendes, når Lokal-MED skal implementere politikken

Alkohol

I 2002 drak hver dansker over 14 år i gennemsnit 11,6 ren alkohol. Det er mere end det dobbelte af forbruget i de øvrige nordiske lande.

Den danske alkoholkultur går i arv. Danske børn drikker typisk alkohol første gang, når de er 13 år. Danske unge drikker mere og hyppigere end unge i andre europæiske lande.

Omkring 200.000 danskere er afhængige af alkohol, mens 300.000 har et storforbrug af alkohol. Storforbrug defineres ved et alkoholforbrug over Sundhedsstyrelsens anbefalede genstandsgrænser:

Højst 14 genstande til kvinder og

højst 21 genstande til mænd om ugen.

Ca. 60.000 børn vokser op i familier med misbrug. I 1998 døde godt 3.500 dansker af alkoholrelaterede lidelser. Det svarer til 6% af samtlige dødsfald i 1998. Danskernes alkoholforbrug koster hvert år samfundet ca. 10 mia. kr.

Sundhedsstyrelsens overordnede mål for sin indsats er:

- At nedbringe alkoholforbrug og navnlig antallet af storbrugere og antallet af alkoholskader ved at oplyse om alkohol og forebygge alkoholproblemer.
- At udsætte alkoholdebuten blandt børn og nedsætte alkoholforbruget blandt unge.
- At fremme alkoholpolitikker på arbejdspladser, skoler m.v.
- At udvikle metoder til opsporing og tidlig indsats over for alkoholproblemer.

Alkohol påvirker:

- • Dit syn, som bliver dårligere i mørke og tåge. Blændes du af en modkørende bil går der længere tid end normalt, før dit syn er godt igen.
- Du kan få tunnelsyn, hvilket betyder, at det er svært at se, hvad der foregår i udkanten af det område, du ser direkte på. Har du drukket rigtigt meget, kan du ikke stille skarpt på det, du ser på.
- Din reaktionsevne, som bliver langsommere. I trafikken skal man ofte reagere hurtigt, men er du påvirket af alkohol, bliver dine reaktioner langsommere, hvilket gør dig til en farlig trafikant.
- Dine bevægelser, så du bliver mere klodset og har sværere ved at styre uden om andre. Bevægelser, som normalt er rolige, bliver mere voldsomme, f.eks. når du skal dreje eller bremse.
- Din hukommelse, så du bliver mere glemsom. Det betyder, at du måske glemmer at blinke, når du skal dreje, at du glemmer at kigge i spejlene og overser vigepligten.

- Din realitetssans, så du tror, du bliver verdensmester, men faktisk bliver det modsatte!
- Det, der sker når du drikker alkohol, er, at du tror, du kan klare alt. Men i virkeligheden sker der blot det, at du bliver overmodig, og afstanden mellem, hvad du kan, og hvad du tror, du kan, bliver større, end når du er ædru.
- (se mere på www.sst.dk)

De 9 faresignaler

Storforbrug defineres ved et alkoholforbrug over Sundhedsstyrelsens anbefalede genstandsgrænser på maksimum 14 genstande for kvinder og maksimum 21 genstande for mænd om ugen.

Har dit forbrug et omfang, så du for eksempel ofte må melde dig syg? Og oplever du situationer, hvor du ikke er nærværende og ikke kan indfri krav og forventninger fra dine omgivelser?

Så er tiden måske inde til at søge professionel hjælp. Ud over at tælle genstande har Sundhedsstyrelsen formuleret ni spørgsmål (faresignaler), som du kan stille dig selv for at tjekke, om du drikker for meget.

De 9 faresignaler:

1. Finder du tit på en undskyldning for at få et glas vin eller en øl?
2. Har du nogensinde lovet dig selv ikke at drikke i f.eks. en uge, men ikke kunnet holde det?
4. Har nogen sagt, at du drikker for meget?
5. Har du forsøgt at skjule, at du tager et glas vin eller en øl for at undgå ballade med familien?
7. Har du svigtet aftaler med dine børn, fordi du har drukket?
8. Har du haft sygedage på grund af tømmermænd?
9. Skal du drikke mere end tidligere for at blive påvirket?
10. Bliver du fuld til fester, selv om du har besluttet ikke at få for meget?
11. Drikker du nogen sinde så meget, at du har svært ved at huske, hvad der skete?
12. (se mere på www.arbejdsmiljoviden.dk/)

Sådan håndterer vi rusmidler og misbrug i Haderslev Kommune

Gode spørgsmål at drøfte på Lokale Med-møder, når politikken i Haderslev kommune er på dagsorden.

Den Nye politik:

Hvad betyder den for arbejdspladsen og medarbejderne i **Børnehave xx**

1. i det daglige på arbejde
2. ved fester, julefrokoster
3. receptioner
4. hvis jeg selv som medarbejder får problemer
5. når min kollega får problemer med misbrug
 - a. Hvilke signaler, skal jeg som kollega være opmærksom på
 - b. Hvad kan jeg gøre
 - c. Hvordan får jeg taget hul på problemet
 - d. Hvor længe skal jeg overveje, om jeg skal tage hul på problemet
 - e. andre.....

Tovholdere

- Personale og Jura



Haderslev



Haderslev Kommune
Gåskærvej 26-28
6100 Haderslev

Haderslev