

# Den skjulte folkesykdommen

20 prosent av nordmenn kan trenge hjelpe mot alkoholproblemer.



Av [Karoline Steenbuch Lied](#)  
Fredag 11.06.10 kl 15:03  
[Kontakt redaksjonen](#)

**DinSide** - En million nordmenn trenger alkobehandling, sier avdelingsoverlege Terje Vevatne ved Rogaland A-senter til [Lommelegen.no](#).

Han omtaler alkoholisme som den «nye skjulte folkesykdommen», i forbindelse med markering av [Anonyme Alkoholikers](#) 75-årsdag denne uken.

Alkohol gir økt risiko for rundt 60 forskjellige sykdommer og lidelser. Alt fra psykiske lidelser og atferdsforstyrrelser til kreft, hjerte- og karsykdommer, lungesykdommer, mage- og tarmlidelser, skjelett- og muskelplager, forplantningsproblemer og skade på foster, ifølge [Aftenposten.no](#).

I tillegg står alkohol for mange av ulykkene på norske veier, ulykkene på sjøen og tilfellene av grov vold og kriminalitet.

## [Driker du for mye? Her er faresignalene](#)

### Om Anonyme Alkoholikere

- AA ble stiftet i 1935 av aksjemegleren Bill Wilson og legen Robert Smith. Det første møtet mellom de to fant sted samme år i Akron, Ohio, USA. Sammen fant de ut at en tørrlagt alkoholiker kanskje er den beste til å hjelpe en annen alkoholiker til varig edruskap.
- Siden har AAs fellesskap vokst seg stort på verdensbasis og er i dag gullstandarden for å hjelpe folk med rusproblemer verden over.
- Opp i gjennom årene har AA hjulpet millioner av mennesker til å overvinne sine alkoholproblemer og til å få varige og stabile edruskap.
- På verdensbasis finnes det over 100 000 AA-grupper og ca. 2,3 millioner aktive medlemmer.
- I forhold til land som USA, hvor de 12 trinn er en del av allmenndannelsen og barnelærdommen, er Norge et lite land i AA- sammenheng.

## **AAs 12-trinnsprogram**

På spørsmål om hvor mange mennesker man antar har et behandlingstrengende alkoholproblem i Norge, svarer Vevatne altså cirka 20 prosent, men:

- Det er avhengig av på hvilket nivå man ønsker å gripe inn, samt på hvilket grunnlag man skal innlede behandling. I tillegg kommer spørsmålet hvilken type behandling det er behov for, sier Vevatne.

Det finnes ingen registre over alkoholikere, siden det ikke finnes noen klar definisjon av hva en alkoholiker er. Men man kan beregne hvor mange storkonsumenter det er. Dette er en som drikker mer enn 10 cl ren alkohol pr. dag i gjennomsnitt over hele året, det vil si 36,5 liter ren alkohol pr år, ifølge [SIRUS.no](http://SIRUS.no).

Vevatne referer til nyere undersøkelser som viser at AAs 12-trinnsprogram virker best på sikt for å opprettholde avhold fra alkohol.

**Les også: [Ikke bare en fredagspils..?](#)**

## **Også andre behandlingsmetoder**

- Man har sammenlignet effekten av AAs 12-trinnsprogram med effekten av kognitiv terapi og motivasjonsrådgivning. Også som oppfølging etter behandling virker AA best, sier legen.

De som har forståelse for at dette er en faglig klok vei å gå, vil oppleve god støtte gjennom 12-trinnsmodellen.

- Ønsker man å være negativ til den type resultater så avspeiler det mer en holdning til problemet og ofte sitt eget drikkemønster, enn respekt for at det er en god behandling, sier Vevatne, som også sitter som ikke-alkoholiker i AAs Tjenesteråd.

## **[Drunkorexia: Den nye spiseforstyrrelsen](#)**

Andre behandlingsmetoder inkluderer avrusnings- og rehabiliteringsinstitusjoner, som har både korttids- og langtidsprogrammer, i tillegg til medisinsk behandling. Det finnes ogs flere medisiner som kan hjelpe en alkoholavhengig til å avstå fra alkoholbruk, ifølge [Norsk helseinformatikk](#).