Disclosure belangen Janneke Valk, bedrijfsarts

(potentiële) belangenverstrengeling	Geen / Zie hieronder
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Bedrijfsarts niet in loondienst bij de VNN
• Sponsoring of onderzoeksgeld • Honorarium of andere (financiële) vergoeding • Aandeelhouder • Andere relatie, namelijk …	•geen •geen •geen •geen

Terug naar Zoek 10:44 64%
trouw.nl

Trouw.nl

'Alcohol is helemaal niet gezond'

Tweet G+1

© anp.

Een glaasje bij het eten of een borreltje voor het slapengaan; veel mensen denken maar al te graag dat matig alcoholgebruik gezond is. Er is ook veel wetenschappelijk onderzoek dat die gedachte onderschrijft. Maar die bewijzen rammelen, schrijven Canadese onderzoekers. Alleen mensen die eens in de veertien dagen een drankje nemen, zijn beter af. Maar het is onwaarschijnlijk dat dat aan de alcohol te danken is.

intermedzo advies

NVAB April 2016

Recht op verslaving?

intermedzo advies

NVAB April 2016

?

intermedzo advies

NVAB April 2016

Recht op ziekte?

intermedzo advies

NVAB April 2016

Verslaving een ziekte?

- Hersenziekte (en sociaal/ psychische factoren)
  - Genetische factoren (tweelingonderzoek)
  - Biologische risico factoren (meer verslavingsgevoelig)
    - minder dopamine receptoren
    - meer beloning nodig (seks, cocaine) prefrontaal
    - minder goede impuls controle
    - minder goede conflict registratie
- Craving
- Attentional bias

intermedzo advies

DSM V

Spreekt niet van alcoholisme of verslaving

“Stoornissen in gebruik van middelen ”
(substance abuse disorders).

intermedzo advies

NVAB April 2016

- Vaker en in grotere hoeveelheden gebruiken dan het plan was.
- Mislukte pogingen om te minderen of te stoppen.
- Gebruik en herstel van gebruik kosten veel tijd.
- Sterk verlangen om te gebruiken
- Door gebruik tekortschieten op het werk, school of thuis.
- Blijven gebruiken ondanks dat het problemen meebrengt in het relationele vlak
- Door gebruik opgeven van hobby's, sociale activiteiten of werk
- Voortdurend gebruik, zelfs wanneer je daardoor in gevaar komt
- Voortdurend gebruik ondanks weet hebben dat het gebruik lichamelijke of psychische problemen met zich mee brengt of verergert.
- Grotere hoeveelheden nodig hebben om het effect nog te voelen oftewel tolerantie.
- Het optreden van onthoudingsverschijnselen, die minder hevig worden door meer van de stof te gebruiken

Craving toegevoegd

11 criteria

2 tot 3 milde stoornis

4 tot 5 matige stoornis

Meer dan 6 ernstige stoornis

intermedzo advies

Stress en verslaving

- Bij hevige/ langdurige stress:
  - Minder prefrontale impulscontrole
  - Meer invloed/ importantie beloningscentrum
- Alcohol en drugs zijn op zich al biologische stressoren
- Gevolg van bovenstaande: grotere verslavingsgevoeligheid bij bijvoorbeeld PTSS

Beloop

- Gemiddelde duur tot behandeling: 10 jaar
- Afhankelijk van populatie
  - Klinische populatie:
    - hoge mortaliteit: 1-3% per jaar
    - 50% abstinent na 1 jaar, 30% na 4 jaar
    - 20% “sociaal drinken” na 4 jaar
  - Algemene bevolking na diagnose alcoholafhankelijkheid:
    - Meerderheid (60%) na enkele jaren: geen diagnose meer

intermedzo advies

NVAB April 2016

Behandeling

- Waarom behandeling?
  - Betere prognose
  - Minder mortaliteit/ morbiditeit (direct effect op stemming bij 2 van de 3 mannen!)
  - Minder disfunctioneren
- Wanneer behandeling?
  - Vroeg, liefst als er nog inbedding is (werk en gezin)
- Welke behandeling (en bij wie)?
  - Maatwerk

In samenwerking met VNN

Principes van alcohol behandeling

(NIDA, dec. 2012)

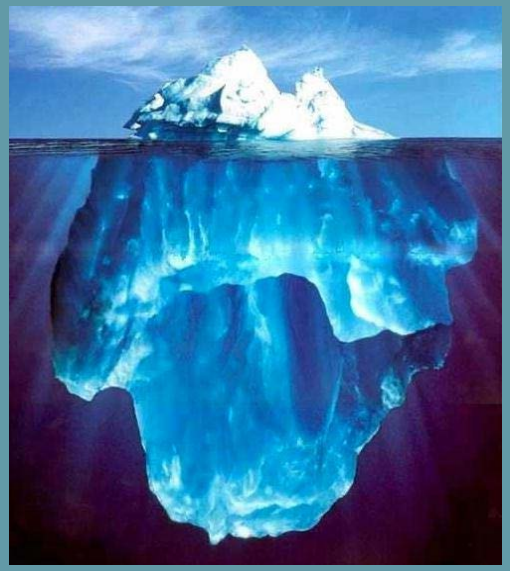
- Alcoholverslaving is een complexe maar **behandelbare** aandoening met verstoring van hersenfuncties en gedrag
- Er is **geen panacee**
- Behandeling moet op **korte termijn** beschikbaar zijn
- Behandeling moet naast verslaving, op alle **aangedane levensgebieden** gericht zijn
- Het is van belang dat de patiënt **lang genoeg** in behandeling blijft. 3 Maanden lijkt minimaal nodig.
- De behandeling is gericht op **gedragsverandering**, dit kan individueel, systemisch, of in groepsverband

In samenwerking met VNN

Principes van alcohol behandeling
(vervolg)

- **Medicatie** is belangrijk en draagt bij aan de prognose
- Behandeling vindt plaats op basis van een **individueel** en regelmatig bijgesteld **behandelplan**
- Gelijktijdige behandeling van **comorbide stoornissen**
- **De detox** is vaak het begin van de behandeling, maar bewerkstelligt **geen daadwerkelijke verandering**
- Behandeling hoeft **niet vrijwillig** te zijn om **wel effectief** te kunnen zijn
- **Monitoring van gebruik** (urinecontroles, blaastest) is ook gedurende de behandeling van belang

Bedrijfsarts ziet topje van de ijsberg



intermedzo advies

Prevalentie alcoholmisbruik

- 3 à 6% van beroepsbevolking heeft alcohol-gerelateerde problemen op het werk
- Voor een organisatie met 1000 medewerkers komt dit neer op 30-60 medewerkers
- Hoeveel hebt u in beeld?

intermedzo advies

STECR Werkwijzer

VERSLAVING EN WERK

Middelengebruik en (dis)functioneren op het werk

STECR
EXPERTISECENTRUM PARTICIPATIE

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
1. Inleiding	4
2. Doelgroep Werkwijzer	5
3. Begrip verslaving	6
4. Beleid	12
5. Medewerker / te re-integreren cliënt	19
6. Verslaving en verslavingszorg	25
7. Bronnenmateriaal	28
8. Verantwoording	31
9. Bijlagen	32
Bijlage 1	32
Bijlage 2	33
Bijlage 3	35
Bijlage 4	36

VERSIE 1
SEPTEMBER 2011

intermedzo advies

Verslaving is ziekte (juridisch)

- Ja dan recht op loondoorbetaling
  gevolgen opzegbevoegdheid werkgever

- Burgerlijk rechter (kanton rechter) ja
  (en dus geen opzet van schade)
- Bestuursrechter (ambtenaren en UWV) nee
  maar wel tijdens opname in kliniek

intermedzo advies

Goed alcoholbeleid

- Preventie: voorlichting en scholing
- Regels tevoren vaststellen met instemming OR
- Begeleiding/ behandelovereenkomst
- Sancties

intermedzo advies

Bedrijfsongevallen

- 2-4 maal zo vaak bij probleemdrinkers
- 30% van de ongevallen hangt samen met alcoholgebruik

intermedzo advies

Risicofactoren

- Mensen met zware fysieke of psychische arbeidsbelasting
- Sociale omgeving: is alcoholgebruik geaccepteerde manier om met problemen om te gaan? Dan stijging gebruik!
- Ook warme, stoffige omgeving: bier als dorstlesser

intermedzo advies

Signalering: op het werk

- Adem ruikt naar alcohol
- Er gebeuren ‘zomaar’ kleine ongelukjes
- Meer (kortdurend) verzuim
- Neemt lange pauzes en gaat opvallend vaak naar het toilet
- Concentratieverlies en minder efficient werken
- Onregelmatig werkpatroon

intermedzo advies

Signalering: zichtbare signalen

- Gewichtsverlies
- Trillen, zwetende handen (ontwenningsverschijnselen)
- Troebele blik
- Minder verzorgd uiterlijk

intermedzo advies

Impact alcoholmisbruik

- 20% van de werknemers drinkt teveel > 20 glazen per week
- 20% verminderde productiviteit (kwalitatief & kwantitatief)
- Alcohol speelt rol bij 10-30% van de bedrijfsongevallen
- 2-6 keer méér frequent kortdurend ziekteverzuim
- hoger verzuim - lagere productiviteit kost tot 1,5 % van de bruto loonsom

intermedzo advies

- Testen op alcohol is toegestaan als de werkgever en de OR dit noodzakelijk achten en als de maatregel in verhouding staat tot het risico. (RI&E)
- in ieder geval moet het vastgelegd worden in een alcoholbeleid wat bij de medewerkers bekend is
- heeft de bedrijfsarts hierin een rol?

intermedzo advies

Medisch contact april 2013

KNMG onderzoekt belemmeringen om alcohol ter sprake te brengen

Arts vraagt te weinig naar drankgebruik

Ellen Burgering,
Han Willems,

beleidsadviseurs KNMG

Correspondentieadres:
e.burgering@fed.knmg.nl;
c.c.: redactie@medischcontact.nl

Geen belangenverstrengeling gemeld.

beeld: Corbis

Hoewel iedere arts erkent dat alcoholmisbruik een ernstig probleem is, vindt menigeen het moeilijk om het onderwerp aan te roeren. Artsenfederatie KNMG zocht uit waarom en laat zien hoe het beter kan.

De schadelijke gevolgen van – overmatig, maar ook matig – alcoholgebruik zijn talrijk en op ruime

van de arts om alcoholgebruik al dan niet aan de orde te stellen bij hun patiënten en vroeg zich onder meer af of een van die factoren het

intern
advies

Onderzoek KNMG

- 257 leden meest HA dan BA
- 90% drinkt zelf …… met mate
- 60% vraagt niet altijd
- Dubbele moraal
- Te weinig kennis

intermedzo advies

Alcohol: stoppen

Versiedatum: mei 2011

Bij een bepaalde vraag, klacht of ziekte kan de huisarts of praktijkmedewerker deze brief aan u meegeven. Deze informatie is niet bedoeld om een gesprek met de huisarts te vervangen.

Uw gezondheidssituatie kan anders zijn dan hier wordt beschreven.

Het besluit

U wilt stoppen met het drinken van alcohol. Dat is een belangrijk besluit. Zorg daarom dat u zich goed voorbereidt. Met een duidelijk plan en met steun van uw omgeving is de kans dat u slaagt groter. In deze brief leest u hoe u zich kunt voorbereiden.

Voorbereiding

- Noteer twee weken lang iedere dag wat u drinkt, hoeveel, wanneer en in welke omstandigheden. Hierdoor krijgt u meer inzicht in uw drinkgewoontes.
- Schrijf op wat voor u de voor- en nadelen zijn van het drinken. Noteer de redenen waarom u wilt minderen. Wees zo volledig en eerlijk mogelijk. Laat eventueel mensen in uw omgeving het lijstje aanvullen. Bewaar het lijstje, zodat u het op moeilijke momenten opnieuw kunt doornemen.
- Ga voor uzelf na in welke situaties het voor u moeilijk is om niet te drinken. Bedenk alvast welke andere dingen u op dat moment kunt doen: probeer bijvoorbeeld te ontspannen door tien keer diep en rustig in- en uit te ademen. Loop even naar buiten, ga wandelen of fietsen, doe tien kniebuigingen of loop vijf keer de trap op en af. Zet een pot thee of schenk uzelf iets fris in. Pak een boek of tijdschrift of luister naar muziek. Bel iemand op of schrijf een e-mail. Waar het om gaat is dat u zichzelf probeert af te leiden.
- Vertel de mensen in uw naaste omgeving dat u van plan bent te stoppen. Dan kunnen zij u hierbij steunen. Spreek met hen af dat zij u geen alcoholische drank meer aanbieden.
- Zorg dat u alvast een antwoord klaar heeft wanneer iemand u een alcoholisch drankje aanbiedt. Bijvoorbeeld: 'Nee dank je, ik ben gestopt. Geef mij maar een glas water,' of: 'Nee dank je, ik moet nog rijden. Ik drink liever iets fris.'of: 'Deze week is voor mij heel belangrijk, ik wil extra helder zijn'.

Maak een plan

Maak een aantal afspraken met uzelf en uw omgeving en schrijf deze op.

- Kies een gunstige begindatum, bij voorkeur in een rustige periode met weinig feestdagen; vertel de mensen in uw omgeving wanneer uw plan ingaat.
- Bedenk alvast een leuke beloning voor uzelf, voor als u het weer een week heeft volgehouden (bijvoorbeeld een tijdschrift, een cd of een ander cadeautje). Schrijf dit ook op.
- Spreek af met de mensen uit uw omgeving hoe zij u kunnen steunen en aanmoedigen, en hoe zij op moeilijke momenten het beste met u om kunnen gaan: moeten zij u met rust laten of juist afleiden?
- Spreek af hoe uw naasten het beste kunnen reageren wanneer u zich niet aan uw plan houdt. Moeten zij u hierop aanspreken, hierover met u in discussie gaan? Of moeten zij u met rust laten?
- Als u zich een keer niet aan uw plan heeft gehouden, ga dan na in welke situatie het gebeurde. Bedenk wat u de volgende keer in die situatie anders kunt doen, en probeer dit op te schrijven.

intermedzo advies

5 shot vragenlijst

- Hoe vaak drinkt u alcohol?
- Hoeveel drinkt u op een typische “alcohol" dag?
- Ergert u zich wel eens als anderen opmerkingen maken over uw alcohol gebruik?
- Voelt u zich wel eens schuldig over uw drinkgewoonten?
- Drinkt u wel eens s’ochtends alcohol tegen kater?

intermedzo advies

(Alcohol)afhankelijkheid

- Tolerantie
- Onthouding
- Controleverlies
- Veel activiteiten staan in dienst van het verkrijgen van middel
- Persisterend gedrag ondanks gevolgen

intermedzo advies

Problemen bij signaleren

- Alcoholproblematiek wordt vaak niet herkend
- Alcoholproblematiek wordt niet aangekaart

intermedzo advies

intermedzo
advies

intermedzo advies

Motiverend gesprek

- Vraag toestemming
- De waarom vraag
- Laat patient zijn motivatie een cijfer geven
- Vertrouwen
- Wanneer vraag

intermedzo advies

Medisch beroepsgeheim doorbreken?

- De Franse onderzoeksraad dringt aan op internationale regelgeving voor gevallen waarin de gezondheid van een patiënt de openbare veiligheid in gevaar brengt. In het geval van piloten zou het medisch beroepsgeheim moeten worden doorbroken, zo staat in het rapport met aanbevelingen.
- KLM: vanaf nu altijd twee personen in de cockpit
- De Nederlandse piloten zien dat voorstel niet zitten. Zij vrezen dat leden met een verslaving of depressie hun geheim met zich mee zullen blijven dragen, uit vrees hun baan te verliezen.

Voor informatie over concept alcoholbeleid en overeenkomst met een medewerker die alcoholverslaving heeft:

Janneke Valk j.valk@intermedzo.nl

intermedzo advies

NVAB April 2016