

Alkoholens katastrofekurs

Skam og skyld, fanget i et jerngreb, på katastrofekurs og på samme tid have håb om, at det kan blive anderledes, er noget af det man kan opleve som alkoholafhængig.

I artiklen kan du læse mere om, hvordan det opleves at være afhængig af alkohol, med udgangspunkt i og med uddrag fra Connie Mørcks artikel *The Lived Experience of Alcohol Dependence: A Reflective Lifeworld Research among Outpatients in Alcohol Treatment*

Selvfølger jeg har jeg efter adskillige år som alkoholbehandlende sygeplejerske hørt mange personlige skildringer, og det har kun næret mit ønske om metodisk at undersøge, hvordan det opleves at være afhængig af alkohol, fortæller Connie Mørck, Cand. Cur, Master of Science (MSc) in nursing. Hendes kandidatspeciale er blevet til en artikel, der er optaget i det anerkendte tidsskrift, *Issues in Mental Health Nursing*, der henvender sig til sundhedsfagligt personale på globalt plan. Artiklen bygger på kvalitative førstehåndsskildringer fra patienter i alkoholbehandling. De skildringer er betydningsfulde for at opnå større forståelse og viden, på netop det område mange af Novavis medarbejdere arbejder indenfor. Der ligger et stort arbejde bag, at transformere det vigtigste indhold fra kandidatspecialet til en artikel og det har taget omkring et år at skrive og efterfølgende få artiklen optaget i tidsskriftet. Artiklen er blevet til i et tæt samarbejde og med uvurderlig sparring fra Bente Martinsen, Aarhus universitetet og Nanna Kappel fra Metropol, der begge er RN, MScN, PhD og Associate Professor. Connie har selv en baggrund som sygeplejerske og har været ansat i Novavi i snart 15 år, aktuelt som udviklingsygeplejerske.

Smertefulde interviews

For at kunne beskrive, hvordan det opleves at være afhængig af alkohol, når man er patient i ambulans alkoholbehandling, har Connie interviewet et repræsentativt udsnit af patienter indskrevet i Novavis behandling. Patienternes oplevelser med alkohol var i frisk erindring inden interviewet, de skulle fx have oplevet en såkaldt drikkeepisode inden for de seneste tre måneder. Når man undersøger sit eget faglige felt er det vigtigt nøje at granske sin egen forforståelse, i forhold til det fænomen der undersøges. *En udfordring var, at lægge sygeplejerske- og alkoholbehandlerrollen på hylden under interviewene og holde fokus på at skabe betingelser for, at patienternes oplevelser af deres livsverden kunne folde sig ud og frembringe rige beskrivelser af, hvordan det opleves at være afhængig af alkohol*, fortæller Connie og fortsætter: *Det kan være særdeles smertefuldt at fortælle sin historie, men det åbner også op for muligheden for, at få opmærksomhed på den enkeltes oplevelse og at blive lyttet til og hørt. Alle informanter gav efter interviewene udtryk for, at det var en god oplevelse at få lejlighed til at fortælle på en anden måde, end de var vant til. Der er forskel på at interviewe og behandle, men det, der er tilfældes, er den åbne, empatiske, respektfulde og anerkendende tilgang til den patient, du taler med.*

Voldsomme dilemmaer

Artiklen beskriver afhængighed af alkohol som en voldsom livsoplevelse og for den afhængige er der en oplevelse af, at være fanget og fastholdt i et jerngreb, hvor drikke og ædru perioder gentager sig i et cirkulært mønster, som kan være vanskeligt at bryde. At opleve skyld og skam er uløseligt knyttet til afhængighed af alkohol – skyld over at give anledning til bekymring og lidelse for pårørende, og skam, som knytter sig til ikke at forstå sig selv, over at være en bestemt slags menneske – et dårligere menneske. Derfor skjules alkoholindtaget og dermed skjules det, at man er et drikke menneske. Derfor følger social isolation i kølvandet på skam. Afsløring opleves som ydmygende og kan forøge alkoholindtaget. Skammen

over at være et drikkende menneske kan få betydning for kontakten til Sundhedsvæsenet, hvor der kan være en forventning om, at blive set ned på under den alkoholrelaterede indlæggelse eller indlæggelse kan helt fravælges. Afhængighed af alkohol knytter sig til at opleve at være på katastrofekurs, hvor livet drikkes itu. Katastrofekursen har vidtrækkende psykiske, fysiske og relationelle konsekvenser og er samtidigt forbundet med magtesløshed i forhold til at kunne handle anderledes. Identiteten som afhængig af alkohol kan opleves modsætningsfyldt, hvor man på samme tid oplever sig som alkoholiker og et dårligere menneske, men samtidigt føler sig bedre end stereotypen på en alkoholiker udtrykt i billedet af "manden på bænken". *Vi ved, at der går ca. 10-12 år før den enkelte reagerer på en alkoholproblematik og søger behandling. Det er ærgerligt – og noget af forklaringen handler givetvis om skam og stigma. Hvis det ikke blev oplevet så skamfuldt, ville flere formentlig søge behandling,* fortæller Connie Mørck

Håbet om forandring lever

På trods af de voldsomme konsekvenser er afhængighed af alkohol ledsaget af et håb om forandring. Der er ikke noget, den enkelte ønsker sig mere end at blive afhængigheden kvit. Patienterne deler alle et håb om forandring, men der kan knytte sig forskellige mål og ønsker til forandringen og dermed til det behandlingsmål de har: At få forbruget minimeret og under kontrol. Eller aldrig at drikke mere. Målene kan ændre sig undervejs i behandlingen. Der er altså mange veje ind i et afhængighedsforhold til alkohol og også flere veje ud. Under alle omstændigheder er det en proces, for nogle kort og for andre langvarig. Men håbet om forandring deles af alle patienter.

En ny måde at kigge på alkoholafhængighed?

Der er kun få kvalitative studier, der fortæller om, hvordan der opleves at være afhængig af alkohol ud fra et patientperspektiv. Tilsyneladende eksisterer der et moralsk perspektiv, hvor ansvaret for alkoholproblemudviklingen opfattes som selvforskyldt. Om de holdninger, vi som samfund har til alkohol og den skam vi forbinder med alkoholafhængighed, siger Connie Mørck: *Jeg synes jo godt at man kan argumentere for, at der eksisterer nogle antagelser om, at det er i orden, nærmest forventeligt, at vi drikker alkohol – men i samme øjeblik, der finder en alkoholproblemudvikling sted, betragtes det som den enkeltes personlige ansvar – det er et individuelt ansvar at sørge for, at alkoholforbruget ikke kommer ud af kontrol. Det er skamfuldt at drikke for meget. Skam knytter sig til, hvordan man bliver set på, eller forestiller sig at blive set på med andres øjne. Da vores liv er indvævet i traditioner, handlemønstre og sociale netværk, som også øver indflydelse på den enkeltes liv, i en kultur som vægter individualitet og selvkontrol og hvor ansvaret for egen sundhed i stor udstrækning placeres hos den enkelte, kan der opstå moralske dilemmaer. Fx er brug af alkohol i fællesskab fuldt ud acceptabelt, alkoholproblemer er uacceptabelt og den enkeltes problem. Det kunne være her, der var brug for en anden måde at anskue alkoholafhængighed på.*

Problemer med alkohol og afhængighed er altså et kompleks felt og stiller også krav til sygeplejen, ikke mindst i form af åbenhed og forståelse. Derfor er det væsentligt at bl.a. sygeplejersker modtager undervisning i forhold til alkohol- og afhængighedsproblematikker. Sygeplejersker har tæt kontakt til patienterne og er en uudnyttet ressource i forhold til at få identificeret patienter med en alkoholproblematik, få talt med dem og eventuelt henvist til videre behandling.

Viden om alkoholafhængighed er nøglen

Der eksisterer flere perspektiver på, hvordan alkoholafhængighed opstår og udvikler sig og de forskellige perspektiver udfolder sig både blandt sygeplejersker og patienter. Artiklen har ikke som sådan et handleanvisende perspektiv, men lægger mere op til en større forståelse for, hvordan det opleves at være afhængig af alkohol og kan bidrage til refleksioner over faglig praksis og at bl.a. sygeplejersker reflekterer over deres eget forhold til og oplevelser med alkohol. Om det siger Connie Mørck: *Problemer med alkohol*

er et komplekst felt og spænder lige fra patienten med et overforbrug af alkohol til patienten med en kompleks alkoholproblematik med vidtrækkende sociale konsekvenser. Det er velkendt, og både international og national litteratur viser, at sygeplejersker kan være udfordret i mødet med og plejen af patienter med alkoholproblemer. Sygeplejersker kan opleve, at deres faglighed er utilstrækkelig i mødet med patienter med en alkoholproblematik. Patienterne kan opleves som vanskelige under indlæggelsen, der kan være barrierer i forhold til overhovedet at få talt om alkohol og sygeplejersker kan mangler viden om, hvilke muligheder der eksisterer for at henvise til videre behandling. Det er ligeledes velkendt, at i hver fjerde hospitalsseng ligger en patient hvis indlæggelse er enten direkte eller indirekte relateret til alkoholforbrug. På den baggrund synes det oplagt at prioritere undervisning i afhængighed på sygeplejerskeuddannelsen og inkludere sygeplejefaglig refleksion i forhold til patienter med alkoholproblemer/afhængighed i almene introduktionsprogrammer, så flere patienter kan henvises til hjælp og behandling.

Hvad kan Novavi bidrage med?

Novavi har et konstant fokus på at udvikle alkoholbehandlingen og via strategiske initiativer kontinuerligt at arbejde med patientinddragelse, hvor patientens stemme er et betydningsfuldt bidrag i forhold til udvikling af viden og forbedring af alkoholbehandlingen. Via fortsat forskning og vidensdelings ønsker Novvai at bidrage – afstigmatiserende - til den offentlige debat og med perspektiver på afhængighed i almindelighed.

Ovenstående artikel er blevet til i samarbejde med Connie Mørck, Koordinerende udviklingssygeplejerske og Dorthe Pontoppidan, Kommunikationsmedarbejder – Begge Fonden Novavi.