

## Alkoholförebyggande arbete under graviditet

### Syfte:

Graviditet är den mest motiverande händelsen för förändring hos kvinnor och de flesta kvinnor slutar helt att dricka under graviditeten. Dock har de med riskbruk vid inskrivning en stor risk att återgå till problematiskt drickande efter att barnet är fött. 20% av svenska barn lever med föräldrar med riskbruk eller beroende.

Socialstyrelsen ("Missbruksutredningen"; 2007) samt SFOG (ARG-rapport; 2008) har skrivit tydliga riktlinjer för hur barnmorskor skall informera om alkoholens påverkan på det ofödda barnet samt hur de skall identifiera de som är i riskzonen för riskbruk, missbruk eller beroende av alkohol och eller droger.

Missfallsrisken ökar med 2-4 gånger vid 1glas/dag och vid riskbruk ökar risken för infertilitet med 30%.

SBU:s genomgång 2011 visade att "screening och upprepad kortfattad information till den gravida kvinnan minskar alkoholintaget under graviditeten och är den mest kostnadseffektiva metoden för barnmorskor att använda.

### Bakgrund:

Cirka 10% av svenska kvinnor har ett högt riskbruk av alkohol medans ca 5% har ett alkoholberoende, men ett stort mörkertal finns. Alkoholkonsumtionen hos kvinnor är om högst i 20 års ålder, sjunker sedan i 25-29 års ålder, troligen p.g.a. barnafödande men ökar sedan efter 35 igen.

Det finns ingen skillnad i konsumtion i glesbygd mot storstad, men i storstaden är förstagsgravida kvinnor äldre och har därav en högre alkoholkonsumtion.

Första studien att alkohol är fosterskadande publicerades 1973, men ingen lägre mängdgräns har kunnat fastställas och därför rekommenderas i Sverige total avhållsamhet under hela graviditeten.

Vid 10 minuters information till dem med riskbruk ökar chansen fem gånger att de avstår alkohol under graviditeten, denna siffra ökar ännu mer när partnern deltar vid samtalet.

Vid graviditet visar 6% ett riskbruk med AUDIT 6-9 poäng samt 1% över 10 poäng. Medelvärde ligger på 2,29 enligt Graviditetsregistret.

Risikkonsumtion för alla individer är mer än 9 standardglas per vecka eller mer än 4 standardglas vid samma tillfälle.

## Metoder och instrument

- Tidigt hälsosamtal.
- Samtal kring bilden ”Det ofödda barnet”. Använd med fördel MI samt metodboken [Hållbar livsstil-ett kunskapsstöd till barnmorskor](#).
- Motiverande AUDIT- formulär.
- Time Line Follow Back- formulär.

Alla gravida kvinnor skall tillfrågas om alkohol-, drog- samt nikotinbruk och AUDIT skall genomföras vid hälsosamtalet som helst skall erbjuds inom 7 dagar efter kontakt med BMM. AUDIT poängen skall dokumenteras. Informera gärna kvinnan vid första telefonkontakten om rekommendationerna.

**Hälsosamtalet** fokuserar på det som kan skada barnet d.v.s. alkohol, tobak, droger och läkemedel. Meny Agenda används och kvinnan erbjuds även diskutera andra frågor som kost och fysisk aktivitet, samt i vilken ordning hon vill ta upp de olika ämnena.

I de fall den gravida kvinnan kontakter barnmorskemottagningen senare skall hälsosamtalet ingå i inskrivningsbesöket.

**AUDIT**-formuläret gäller alkoholvanor före graviditeten. Den gravida kvinnan fyller själv i formuläret medan barnmorskan är kvar i rummet. Barnmorskan räknar samman AUDIT poängen och utgår från dessa vid alkoholsamtalet Informera kvinnan kort om alkoholens påverkan på fostret efter att AUDIT är genomförd. Det är viktigt att poängtera att riktlinjerna är olika för graviditet och amning. En bild på det ofödda barnet med placenta kan användas som hjälp vid information om alkoholens skadeverkningar.

## Uträkning av poäng

Fråga 1-8 poäng 0-1-2-3-4

Fråga 9-10 poäng 0-2-4

## Åtgärd

0-5 poäng	Information om alkohol och graviditet ges till kvinnan/paret.
6-9 poäng	Information om alkohol och graviditet ges till kvinnan/paret. Ny kontakt erbjuds inom en vecka. Barnmorskan har återkommande, stödande och motiverande samtal med kvinnan /paret. Vid behov erbjuds stöd av annan profession.
10 poäng eller mer	Information om alkohol och graviditet ges till kvinnan/paret. Barnmorskan har återkommande stödande och motiverande samtal med kvinnan/paret. Ny tid ges inom en vecka. Mödrahälsovårdsöverläkare informeras. Kvinnan erbjuds utökat stöd via MHV-psykolog, Navet, beroendeenheten och socialtjänsten.

## Time Line Follow Back (TLFB)

Vid AUDIT  $\geq$  6 poäng, eller då kvinnan uppger att hon druckit alkohol under graviditeten och är orolig, erbjuds en tillbakablick med hjälp av Time Line Follow Back. Typ av dryck och mängd noteras dag för dag. Kvinnan och barnmorskan går igenom och samtalar om det tidigare och aktuella alkoholbruket.

## Dokumentation

Dokumentera kvinnans alkoholkonsumtion före och under graviditet under sökordet alkohol. AUDIT poäng journalförs under sökord Audit. Vid 6 poäng eller mer dokumenteras bedömning och åtgärder. AUDIT- formuläret är ingen journalhandling utan kan lämnas till patienten eller slängas.

Hälsosamtalet följs upp vid inskrivningsbesöket. Dokumentera i journalen kvinnan/föräldraparets egna tankar om användning av alkohol och planeringen för en alkoholfri graviditet. I grav.vecka 30-32 fyller patienten i Audit-formuläret igen och går tillsammans med barnmorskan igenom frågorna. Samtal sker då även om kring amning och alkohol.

Barnmorskan har återkommande, stödande och motiverande samtal med den gravida/föräldraparet vid Auditpoäng över 6.

## Överlämning från MHV till BHV

Vid riskbruk/missbruk sker överlämning vid ett trepartssamtal mellan kvinnan, barnmorskan och BHV-sköterskan.

## Efter graviditeten

I samband med efterkontroll 8-10 veckor post partum.  
Motiverande samtal om alkohol i förhållande till amning och småbarnstid vid Audit-poäng mer än 6. Vid 10 p eller mer ev. överrapportering till BVC.

## Referenser:

Hållbar livsstil. Barnmorskans samtal om levnadsvanor – en handledning. Version 1.0 publicerad mars 2018. Kunskapsunderlag om levnadsvanor för barnmorskan ägs av Svenska Barnmorskeförbundet. Ansvarig utgivare: Susanne Åhlund, vice ordförande Svenska Barnmorskeförbundet.

Livsmedelsverket

Socialstyrelsen ("Missbruksutredningen"; 2007)

SFOG (ARG-rapport; 2008)

**Vid upptäckt av felaktig information eller länk, vänligen meddela faktaägare**