Alkohol och alkoholmissbruk

Alkohol är en del av många människors vardag och sociala liv, och för de flesta sker konsumtionen utan problem. Samtidigt vet vi att ett överdrivet eller långvarigt bruk kan få allvarliga konsekvenser för hälsan, både för individen och för omgivningen. I Region Stockholm är det därför viktigt att bedriva en balanserad och kunskapsbaserad alkoholpolitik – där individens frihet värnas men där samhället också tar ansvar för att förebygga skador och erbjuda stöd när det behövs.

- Att Region Stockholm bedriver ett kunskapsbaserat och förebyggande arbete kring alkohol.
- Att personer med beroende får tillgång till individanpassad och respektfull vård.
- Att barn och närstående som påverkas av beroende får tidigt och samordnat stöd.
- Att primärvården ges rätt verktyg för att upptäcka riskbruk och erbjuda samtalsstöd.

Förebyggande arbete och upptäckt av riskbruk

Alkohol är en av de största riskfaktorerna för sjukdom och ohälsa i Sverige och bidrar till ett stort antal vårdkontakter, olyckor, kroniska sjukdomar och psykisk ohälsa. Regionens folkhälsoansvar innebär att det ska finnas strukturerade förebyggande insatser i vården. Det innebär att vården inte enbart ska behandla konsekvenserna av skadlig alkoholkonsumtion, utan också bidra till att förebygga att problemen uppstår. Här spelar primärvården en central roll. Genom att erbjuda strukturerade hälsosamtal, använda evidensbaserade screeningverktyg och ha rutiner för att identifiera och samtala om alkoholvanor, skapas möjligheter till tidig upptäckt och insats. När samtal om alkohol integreras i det bredare hälsofrämjande arbetet kan vården på ett naturligt sätt stödja människor till förändring. Samtal om alkohol kan till exempel ske i samband med med livsstilsfrågor, psykisk hälsa eller kroniska sjukdomar.

Alkoholberoende och beroendevård

För personer som utvecklat ett alkoholberoende krävs tillgänglig, evidensbaserad och individanpassad vård. Det handlar om både medicinska och psykosociala insatser där kontinuitet, respekt och tillit till vården är avgörande. Region Stockholm ska erbjuda en välfungerande beroendevård i samverkan mellan olika aktörer, där både öppen vård, stödboenden och specialiserade mottagningar har sin plats. Även samarbetet med

kommunernas socialtjänst och civilsamhällets aktörer är avgörande för ett långsiktigt och tryggt stöd.

Anhöriga och anhörigstöd

Många gånger drabbas inte bara den person som lever med ett beroende, utan också människor i dennes närhet. Barn som växer upp i hem där en vuxen har ett alkoholberoende löper ökad risk för psykisk ohälsa, skolsvårigheter och social utsatthet. Även vuxna anhöriga, som partners, föräldrar eller syskon, påverkas ofta starkt emotionellt, socialt och praktiskt. Att leva nära någon med beroendeproblematik kan innebära oro, skuld, stress och en vardag präglad av oförutsägbarhet.

Region Stockholm har ett ansvar att erbjuda stöd till barn och vuxna som påverkas av en närståendes beroende. Det innebär att vården aktivt ska arbeta med anhörigstöd som en del av beroendevården. Det kan handla om information, samtalsstöd, gruppverksamhet eller samverkan med exempelvis elevhälsa och socialtjänst. Ett starkt anhörigperspektiv bidrar till att bryta negativa mönster, skydda barn från långsiktiga konsekvenser och skapa bättre förutsättningar för återhämtning.

Uppdaterad: 5 augusti 2025