

Oktober 2023

Er afholdenhed en nødvendighed for at profitere af behandling for et alkoholproblem?

Det har i mange år været diskuteret, om man bør anbefale mennesker med alkoholproblemer at være totalt afholdende fra alkohol, eller om man bør arbejde med patientens egen målsætning.

Et argument for at anbefale total afholdenhed er, at man stikker patienten blå i øjnene, og at man udløser et tilbagefald, når man forsøger at bruge alkohol uden at drikke destruktivt.

På den anden side kan man argumentere for, at man får et bedre samarbejde med patienten, hvis man accepterer, at det er patientens målsætning, der skal være styrende for behandlingsarbejdet.

Men et vigtigt spørgsmål er, om det overhovedet er realistisk på langt sigt, at man kan drikke kontrolleret. Kan man få en fornuftig tilværelse, hvor man har det psykisk rimeligt, og fungerer socialt med andre mennesker, eller ender det med destruktiv druk, hvis man ikke afholder sig kontinuerligt fra alkohol?

En opfølgning af 877 patienter tre år efter, at de var inkluderet i et behandlingsforsøg, viste at det ikke kun var de kontinuerligt afholdende, som fik det bedre (Witkiewitz et al, 2018).

Undersøgelsen tog udgangspunkt i forbruget under selve behandlingen. Af disse patienter drak 16% kontinuerligt under behandlingen, 6% blev først afholdende, men faldt så i og drak voldsomt, 10% drak først voldsomt men gik så mod afholdenhed, 7% svingede mellem lavrisiko og tung druk, 11% svingede mellem afholdenhed og tungt forbrug, og 37% var helt eller næsten totalt afholdende.

Det, som viste sig at være afgørende for patienternes livskvalitet og funktion tre år efter behandlingen var, om de havde perioder med lavt eller intet forbrug under behandlingen – ikke at de nødvendigvis skulle være afholdende under hele behandlingen.

En ti-års opfølgning af 146 af de samme patienter fra et begrænset geografisk område undersøgte, om total afholdenhed var bedre end at drikke relativt sjældent (men ikke nødvendigvis total afholdenhed). Undersøgelsen viste, at det almene psykosociale funktionsniveau primært afhang af, hvordan man havde haft det tidligere – ikke så meget af, hvordan man tidligere havde drukket (Witkiewitz et al, 2021).

Morten Hesse

Associate Professor

PhD

Referencer

Witkiewitz K, Kirouac M, Roos CR, Wilson AD, Hallgren KA, Bravo AJ, Montes KS, Maisto SA. Abstinence and low risk drinking during treatment: Association with psychosocial functioning, alcohol use, and alcohol problems 3 years following treatment. *Psychol Addict Behav.* 2018 Sep;32(6):639-646. doi: 10.1037/adb0000381. Epub 2018 Aug 30. PMID: 30160499; PMCID: PMC6136973.

Witkiewitz K, Wilson AD, Roos CR, Swan JE, Votaw VR, Stein ER, Pearson MR, Edwards KA, Tonigan JS, Hallgren KA, Montes KS, Maisto SA, Tucker JA. Can Individuals With Alcohol Use Disorder Sustain Non-abstinent Recovery? Non-abstinent Outcomes 10 Years After Alcohol Use Disorder Treatment. *J Addict Med.* 2021 Jul-Aug 01;15(4):303-310. doi: 10.1097/ADM.0000000000000760. PMID: 33060466; PMCID: PMC8044251.