



CASE ALKOHOLIN MINI-INTERVENTIOT: Säästöjä puuttumalla suurkulutukseen

Alkoholin liiallinen käyttö aiheuttaa vuosittain noin miljardin euron kustannukset Suomen julkiselle sektorille. Eläkkeiden ja sairauspäivärahojen osuus summasta on noin neljännes.

Lyhytneuvonta eli mini-interventio on tehokas tapa vaikuttaa alkoholinkäyttöön ja ehkäistä alkoholin aiheuttamia haittoja. Lyhytneuvonnan tarkoituksena on vähentää alkoholin liiallista kulutusta.

Naisilla neuvonta on aiheellista aina, kun alkoholin kulutus on vähintään 2 ravintola-annosta päivässä tai 16 annosta viikossa tai humalahakuinen juominen (vähintään 5 annosta) toistuu viikoittain. Miehillä vastaavat neuvonnan rajat ovat 3 alkoholiannosta päivässä, 24 annosta viikossa tai 7 annoksen kertakäyttö viikoittain.

Mini-interventio tarkoittaa, että alkoholinkäyttö otetaan terveydenhuollossa puheeksi, riskikulutus tunnistetaan ja sen vähentämisestä keskustellaan. Potilaalle kerrotaan yksilöllisesti hänen alkoholinkäyttönsä haittavaikutuksista ja häntä motivoidaan sekä suullisilla että kirjallisilla ohjeilla vähentämään alkoholinkäyttöään. Käynnin kesto on yleensä 15-20 minuuttia. Tapaamisen lopuksi sovitaan tarvittaessa muutamasta seurantakäynnistä. Lyhytneuvonnan tukena voidaan käyttää myös laboratoriokokeita.

Suomalaisen Käypä hoito -suosituksen mukaan keskimäärin mini-intervention



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.



Yksi elämän tavoitteena on terveempi Suomi. Aivoliiton, Diabetesliiton ja Sydänliiton yhteiset terveystalkoot edistävät ihmisten terveyttä ja hyvinvointia läpi elämän. www.yksielama.fi

vaikutuksesta kymmenestä suurkuluttajasta yksi palaa kohtuukäyttöön tai lopettaa kokonaan. Lisäksi tiedämme, että hoitovaikutus säilyy melko pitkään, ainakin 1-2 vuotta. Alustavat tulokset viittaavat myös siihen, että mini-interventio vähentää kuolleisuutta.

Kustannukset:

Yhden mini-intervention kustannukset ovat noin 84–241 euroa. Esimerkiksi miljoonan asukkaan HUS-alueella on noin 280 000 alkoholin suurkuluttajaa. Jos heille kaikille järjestettäisiin mini-interventio, kustannus olisi kalleimmillaan 67 480 000 euroa.

Säästöt:

Jos kaikille HUS-alueen suurkuluttajille järjestettäisiin mini-interventio, säästö terveydenhuollon kuluissa olisi 148 miljoonaa euroa.

Huom! Yksi elämän olohuonetentin pelissä mini-intervention investointi ja säästö on laskettu 500 000 € investoinnin mukaan. 500 000 €:lla voidaan toteuttaa noin 2000 mini-interventiota ja saadaan kalleimmallakin intervention hinnalla laskennallisesti 600 000 euron säästöt.

Huomioitavaa:

Mini-interventio on paljon tutkittu toimintatapa, jonka vaikuttavuus on todettu useissa katsauksissa ja meta-analyyseissä. On kuitenkin hyvä huomata, että mini-interventiotutkimuksiin osallistuneet ovat olleet pääasiassa alkoholin suurkuluttajamiehiä. Miehillä mini-interventio onkin todettu tehokkaaksi tavaksi vähentää alkoholin kulutusta. Naisten osalta sen sijaan ei vastaavaa vaikuttavuutta tutkimuksissa ole pystytty osoittamaan. Naisten määrä tutkimuksissa on ollut vähäisempi, eikä yhteyttä mini-intervention ja alkoholin kulutuksen vähentämisen välillä ole pystytty merkitsevästi osoittamaan. Myöskään iäkkäiden tai nuorten aikuisten osalta tutkimustuloksia ei mini-intervention vaikuttavuudesta ole tarpeeksi.

Lähteet:

- Teoriasta toimivaksi käytännöksi. Mini-intervention jalkauttaminen terveyskeskuksiin ja työterveyshuoltoon. STM 2008
- <https://www.thl.fi/fi/web/terveyden-edistaminen/perustelut/vaikutukset-ja-vaikutavuus/rahat/esimerkit>
- Miten alkoholi vaikuttaa työkykyyn? Telma-lehti 2/2016
- Alkoholiongelmaisen hoito, Käypä hoito -suositus



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.



Yksi elämän tavoitteena on terveempi Suomi. Aivoliiton, Diabetesliiton ja Sydänliiton yhteiset terveystalkoot edistävät ihmisten terveyttä ja hyvinvointia läpi elämän. www.yksielama.fi