

Alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine esmatasandil juhend

Koostatud: 21.02.2023.

Käesolev juhendmaterjal on mõeldud alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine teenuse osutajatele.

Juhend lähtub ravijuhendist „[Alkoholitarvitamise häirega patsiendi käsitus](#)“ ning heade kliiniliste tavade põhimõtetest.

Alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine teenuse eesmärk on alkoholi liigtarvitamise varajane avastamine ja lühisekkumine alkoholist põhjustatud kahju vähendamiseks.

Teenuse osutamise käigus hinnatakse AUDIT testi abil patsiendi alkoholitarvitamise riskitaset ning seejärel otsustatakse vastavalt riskitasemele, kuidas edasi tegutseda. Kui selgub, et inimene tarvitab alkoholi ohustavalt või kahjustavalt, on sobiv sekkumisviis kindla struktuuriga motiveeriv vestlus. Kui üldjuhul piisab kuni 15 minutilisest lühinõustamisest, siis mõne patsiendi puhul võib tekkida vajadus põhjalikumaks elustiilinõustamiseks (toitumine, liikumine, vaimne tervis jms), milleks saab kasutada laiendatud nõustamist (kuni 50 minutit).

Kui kuritarvitamisele lahendusi ei leita või on tekkinud kahtlus alkoholisõltuvuse suhtes, alustatakse ravitegevustega või suunatakse patsient edasi eriarstiabi teenuse osutaja poole.

Lühisekkumine on üks viis inimeste teadlikkuse tõstmiseks, mille abil saame ennetada kuritarvitajate ja sõltlaste juurdekasvu.

Kellele teenust osutatakse

- patsient ise soovib oma alkoholitarvitamisest rääkida või mainib alkoholitarvitamist mõne muu jutu sees;
- tervishoiutöötaja tõstatab teema seoses konkreetsete märkidega, mis võivad viidata liiga suurtele alkoholikogustele (õnnetusjuhtumid, tervise-, tööalased, sotsiaalsed probleemid jne);
- tervishoiutöötaja tõstatab teema kõigi patsientidega ja annab ka vastava sõnumi, et tegemist on rutiinse tegevusega.

Teenust saab osutada tervishoiutöötaja või tervisevaldkonna spetsialist, kes on läbinud alkoholi liigtarvitamise varase avastamise ja lühisekkumise ning nõustamiskoolituse (TAI).

1. Alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine teenuste osutamine

1.1. Alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine teenus hõlmab järgmiseid tervishoiuteenuseid, mida osutatakse iga patsiendi individuaalsetest vajadustest ja tervishoiuteenuse osutaja võimalustest lähtuvalt kas kontakt-, kaug- või videovastuvõtuna.

Tabel 1. Alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine teenused

Tervishoiuteenuse nimetus	Aeg	Kood
AUDIT test koos tagasisidestamisega	10 minutit	3127
Alkoholitarvitamise häire ennetus ja lühinõustamine	15 minutit	3122
Alkoholitarvitamise häire ennetus ja laiendatud nõustamine	50 minutit	3123
Alkoholitarvitamise häire ennetus ja lühinõustamine kaugvastuvõtuna	15 minutit	3236
Alkoholitarvitamise häire ennetus ja lühinõustamine videovastuvõtuna	15 minutit	3237
Alkoholitarvitamise häire ennetus ja laiendatud nõustamine kaugvastuvõtuna	50 minutit	3238
Alkoholitarvitamise häire ennetus ja laiendatud nõustamine videovastuvõtuna	50 minutit	3239

AUDIT test koos tagasisidestamisega (kuni 10 minutit)

Kontaktvastuvõtt

kood 3127

Eesmärk

Patsiendi alkoholitarvitamisega seotud riskitaseme hindamine, sõelumine ja tagasiside andmine personaalse riski või kahjustuste kohta lähtuvalt patsiendi alkoholitarvitamise muustrist.

Tegevused

- AUDIT testi läbiviimine ja tagasiside andmine patsiendile;
- kui AUDIT skoor on 0 – 7 selgitatakse patsiendile, et tõenäosus sama alkoholi tarvitamise juures tervisekahjustuse tekkeks on väike ning soovitatakse mitte suurendada alkoholi tarvitamist;
- kui AUDIT skoor on 8 – 15, hinnatakse patsiendi valmisolekut muutuste tegemiseks alkoholi tarvitamises ning valmisolekut lühinõustamise või laiendatud nõustamise läbiviimiseks;
- kui patsient on motiveeritud, viige läbi nõustamine;
- soovitatakse anda patsiendile infomaterjalid (Alkoholi ühikuratas, Alkopäevik, „Vähem alkoholi. Kas ja kuidas?“);
- vajadusel leppige kokku järgmine nõustamise aeg (kontakt-, kaug- või videovastuvõtuna);
- kui AUDIT skoor on 16 + ning kuritarvitamisele lahendusi ei leita või on tekkinud kahtlus alkoholisõltuvuse suhtes, suunake patsient edasi eriarstiabi teenuse osutaja poole.

Täpsustused

- ✓ AUDIT testi tulemused tuleb dokumenteerida ja testi skoor esitada raviarvel raskusastme väljal (vaata juhendi Tabel 2).
- ✓ Tehes AUDIT testi alla 19 aasta (k.a.) vanusele isikule, ei saa testi tulemuste hindamisel kasutada täiskasvanutele sobivat alkoholi riskitarvitamise kriteeriumi. Alaealise vaates ei ole olemas ohutut alkoholikogust ning seetõttu madalat riskipiiri ei rakendata. Skoori, mis on > 0 alati lugeda **„ohustavaks ja kahjustavaks tarvitamiseks“** ning valida sobiv sekkumisviis lähtuvalt juhendist.
- ✓ Eakatel patsientidel (vanus >70 a) võib kaasuvate haiguste ning tarvitavate ravimite tõttu olla alkoholist tulenev risk suurem kui keskealistel, mistõttu tuleks lähtuda AUDIT testi madalamast skoorist.

Alkoholarvitamise häire ennetus ja lühinõustamine (kuni 15 minutit)

Lähtuvalt TO ja patsiendi vajadusest toimub vastuvõtt kontakt-, kaug- või videovastuvõtuna ja kodeeritakse järgmiselt:

Kontaktvastuvõtt kood 3122

Kaugvastuvõtt kood 3236

Videovastuvõtt kood 3237

Eesmärk

Motiveerida ja võimestada patsienti riskikäitumise muutmiseks ja teavitada teda võimalustest, kuidas toimetulekut parandada.

Tegevused

- patsiendi teavitamine alkoholi liigtarvitamisest tulenevatest riskidest ning universaalsetest ja personaalsetest riskikäitumise vältimise võimalustest;
- patsiendi teavitamine erinevatest abi- ja ravivõimalustest;
- patsiendi toetamine tagasilanguste vältimiseks;
- patsiendi motiveerimine tervisliku eluviisi säilitamiseks;
- patsiendile jõukohaste ja sobilike lahenduste leidmine;
- soovitatav on anda patsiendile infomaterjalid (Alkoholi ühikuratas, Alkopäevik, „Vähem alkoholi. Kas ja kuidas?“);
- võimaluse ja vajaduse korral leppida patsiendiga kokku järgmise visiidi aeg;
- võimalusel kaasata nõustamisele lähedased, teavita lähedasi alkoholarvitamise häire olemusest, raviotsuse käigust ja tagasilanguse riskidest;
- kui kuritarvitamisele lahendusi ei leita või on tekkinud kahtlus alkoholisõltuvuse suhtes, suunake patsient (e-konsultatsiooniga) eriarstiabi teenuse osutaja poole.

Täpsustused

- soovitatav on alkoholi riskitarvitajatel (AUDIT skoor ≥ 8) täiendavalt uurida ka depressiooni võimalikku esinemist (Enesehinnangu meeleolu skaala - EMS test);
- kui patsiendi AUDIT testi punktisumma on 16 – 19, on soovitatav esmalt läbi viia lühisekkumine, kui lühisekkumine ei mõju või on patsiendi skoor koheselt 20 või rohkem, on vaja diagnoosi täpsustada, vormista psühhiaatri e-konsultatsioon.

Alkoholitarvitamise häire ennetus ja laiendatud nõustamine (kuni 50 minutit)

Lähtuvalt TO ja patsiendi vajadusest toimub vastuvõtt kontakt-, kaug- või videovastuvõtuna ja kodeeritakse järgmiselt:

Kontaktvastuvõtt kood 3123

Kaugvastuvõtt kood 3238

Videovastuvõtt kood 3239

Eesmärk

Viia läbi põhjalikum patsiendi elustiili käsitlev nõustamine, mille käigus motiveerida ja võimestada patsienti riskikäitumise muutmiseks ja teavitada teda võimalustest, kuidas toimetulekut parandada.

Tegevused

- patsiendi seisundi hindamine erinevate vajaduste täpsustamiseks;
- vajaduse korral võõrutusseisundi raskuse hindamine;
- raviplaani koostamine;
- vajaduse korral uuringute tellimine ja ravimite väljakirjutamine;
- alkoholitarvitamise sageduse ja koguste hindamine (alkopäevik), tagasilanguse riskide hindamine;
- patsiendi teavitamine universaalsetest ja personaalsetest riskikäitumise vältimise võimalustest ning patsiendi teavitamine erinevatest abi- ja ravivõimalustest;
- oskuste õpetamine igapäevaelus toimetulekuks;
- patsiendile jõukohaste ja sobilike lahenduste leidmine;
- patsiendi toetamine tagasilanguste vältimiseks;
- patsiendi motiveerimine tervisliku eluviisi säilitamiseks;
- vajaduse korral leppida patsiendiga kokku järgmise visiidi aeg;
- võimalusel kaasata nõustamisele lähedased, teavita lähedasi alkoholitarvitamise häire olemusest, raviprotsessi käigust ja tagasilanguse riskidest;
- kui kuritarvitamisele lahendusi ei leita või on tekkinud kahtlus alkoholisõltuvuse suhtes, suunake patsient (e-konsultatsioon) eriarstiabi teenuse osutaja poole;
- toeta patsienti ravile pöördumise otsuse tegemisel.

Täpsustused

- ✓ toeta patsienti tervishoiu-, sotsiaal- ja muude teenuste saamiseks teenuseosutajate poole pöördumisel (AA-rühmad, KOV sotsiaalteenused, töötukassa nõustamised).

2. Arve edastamine

Alkoholitarvitamise häire ennetus ja nõustamine ravijuht on raviarve, millel kajastuvad ühele isikule ühe haigusjuhu käigus osutatud teenused.

Arve rekvisiidid:

1. Rahastamise allikas:

- PA
- MK (mittekindlustatud)

NB! Mittekindlustatud isiku nõustamise korral lisada statistiline kood 9419

2. Teenusetüüp: 1 – ambulatoorne

3. Põhidiagnoos või kaasuvdiagnoos:

RHK-10 diagnoosikood:

- **Z71.1** Isik kardetud kaebusega, kellel diagnoosi ei pandud – koodi võib kasutada pereõde ja perearst;
- **Z72.1** Alkoholi tarvitamine – koodi võib kasutada pereõde ja perearst;
- **Z71.9** Täpsustamata nõustamine – koodi võib kasutada pereõde ja perearst;
- **F10.0 – 10.9** Alkoholi tarvitamisest tingitud psüühika- ja käitumishäired - lubatud kodeerida vaid arsti poolt osutatud teenuse korral.

4. Teenuse kood vastavalt osutatud tervishoiuteenusele

5. AUDIT skoor vastavalt tabelile 2

Tabel 2. AUDIT testi skoori märkimine arvel

AUDIT testi skoori märkimine raviarvele on kohustuslik!

Patsiendi anamneesis saate märkida konkreetse punktisumma.

Skoor tuleb märkida diagnoosi raskusastme väljale alltoodud juhendi järgi.

Punktisumma	Raskusastme väli arvel
0 - 7	1
8 - 15	2
16 - 19	3
20 - 24	4
25 - 29	5
30 - 34	6
35 +	7

NB! Ravikindlusega hõlmamata isiku raviarvele tuleb lisaks osutatud tervishoiuteenuse koodile märkida statistiline kood **9419**

Joonis 1. Teenuse algoritm

