

Postadresse:

A-Senteret
Postboks 3470, Bjølsen
0406 OSLO

Telefon: 23 26 50 00

Besøksadressen vår er:

Maridalsveien 176a

Utgivelse: November 2006 • Design og foto: covino • Trykk:

Hvis du ønsker mer
informasjon kan du oppsøke
vår hjemmeside

www.a-senteret.no



Har du et alkoholproblem?



Har du tenkt på at du kan ha et alkoholproblem fordi...

- > du har et regelmessig og høyt alkoholkonsum?
- > du drikker mye ved enkelte anledninger?
- > du har drukket mer enn vanlig i forbindelse med stress, bekymring eller livskriser?
- > du har opplevd psykiske, sosiale, økonomiske eller fysiske problemer knyttet til din alkoholbruk?
- > du har fått dårlig samvittighet på grunn av alkoholbruk?
- > du har blitt møtt med bekymring fra familie, venner eller din lege?

Når blir alkohol et problem?

Det kan være vanskelig å trekke en grense mellom uproblematisk og problematisk bruk av alkohol. Både mengden alkohol som drikkes, hvor ofte det drikkes og livssituasjonen med tanke på familie, barn og arbeid, vil spille inn.

Noen har et alkoholproblem preget av et høyt alkoholkonsum og en opplevelse av manglende kontroll over drikkingen. Alkoholen kan få en dominerende plass i livet og overskygge andre aktiviteter og forpliktelser. Ofte vil de fysiske, psykiske, sosiale og yrkesmessige skadevirkningene være betydelige.

For andre kan problemene i større grad være knyttet til enkelte situasjoner uten at alkoholkonsumet over tid er spesielt høyt. Rusen kan for eksempel innebære oppførsel og handlinger som skaper problemer i forhold til andre mennesker.

Du kan ha et alkoholproblem uten at dette i særlig grad er forbundet med andre problemer. Mange vil imidlertid også ha betydelige psykiske, sosiale, og/ eller fysiske problemer.

«Alkoholen kan få en dominerende plass i livet og overskygge andre aktiviteter og forpliktelser»



Når vi snakker om alkoholproblemer, tenker vi som regel på personen med de problematiske alkoholvanene. Et alkoholproblem er imidlertid sjelden en privatsak. Ofte vil pårørende bli belastet, og ikke minst barn vil kunne utvikle egne problemer.

Hvem kan få hjelp?

A- Senteret gir tilbud til voksne som har rusmiddelproblemer knyttet til alkohol som det eneste eller det dominerende rusmiddelet. Pårørende kan også få tilbud om behandling.

Du får hjelp tilpasset dine behov

Poliklinisk behandling innebærer individualsamtaler over kortere eller lengre tid. Hvor ofte bestemmes av dine behov. I tillegg kan det være aktuelt å delta i en eller flere behandlingsgrupper.

Døgnbehandling kan være et alternativ hvis du har behov for en mer intensiv behandling. Innleggelse ved vår døgnavdeling kan vare i to til tre måneder.

I tillegg til individualsamtaler, er deltakelse i forskjellige behandlingsgrupper en sentral del av behandlingen.

Som pasient på A-Senteret vil du få:

> Kartlegging og vurdering etter behov og ønske

Vi vil sammen med deg foreta en gjennomgang og vurdering av dine problemer og ressurser:

> Individualsamtaler med en fast behandler

Du vil få en fast behandler som følger deg gjennom hele behandlingen.

> En helhetlig behandling som tar utgangspunkt i dine spesielle behov og målsettinger

Selve rusmiddelproblemet vil selvfølgelig stå i fokus. Imidlertid er det ikke alltid hensiktsmessig å skille skarpt mellom rusmiddelproblemet og andre problemer. Dette innebærer at vi ved

behov inkluderer behandling av psykiske, fysiske, sosiale og eksistensielle problemer i oppfølgingen. Du kan for eksempel få behandling for angst og depresjon

> Samarbeide med dine pårørende.

Pårørende kan i samråd med deg involveres i behandlingen gjennom parsamtaler eller familiesamtaler.

> Samarbeid med andre som kan tilby hjelp

Hvis det er hensiktsmessig vil vi i samråd med deg involvere fastlegen din, psykisk helsevern, sosialtjenesten, trygdekontoret eller andre instanser i hjelpeapparatet. Videre vil din behandler kunne samarbeide internt med kollegene i vår tverrfaglige stab.



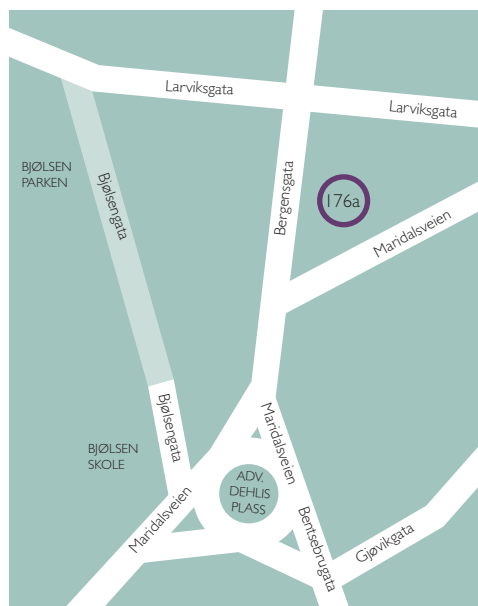
> Et bidrag til bedre livskvalitet med utgangspunkt i dine målsettinger

A-Senteret ønsker å bidra til at du får en bedre livskvalitet. Dette vil ofte innebære en opplevelse av bedre kontroll, nye måter å mestre livet på, bevisstgjøring og en bedre selvforståelse. Vi legger uansett vekt på at målsettingene settes ut fra dine behov og ønsker.

Slik får du hjelp

Vi må ha en skriftlig henvisning fra fastlegen din eller sosialtjenesten. Du kan også bli henvist fra en sykehusavdeling eller et distriktpsykiatrisk senter (DPS)

For mer informasjon



A-Senteret

Et behandlingssenter for deg som ønsker rådgivning, vurdering eller behandling i forbindelse med alkoholproblemer.

A-Senteret eies av Stiftelsen Kirkens Bymisjon i Oslo og har driftsavtale med Helse Øst Regionale Helseforetak. A-Senteret er således en del av spesialisthelsetjenesten.

Postadresse:

A-Senteret
Postboks 3470, Bjølsen
0406 OSLO

Telefon: 23 26 50 00

Besøksadressen vår er:

Maridalsveien 176a



Hvis du ønsker mer informasjon kan du oppsøke vår hjemmeside

www.a-senteret.no

Hjelp så tidlig som mulig

Selv kortvarig behandling på et tidlig tidspunkt kan bidra til betydelige endringer og forebygge utvikling av alvorlige alkoholproblemer.