

Ságastallamii váldin gánnáha

Go válddát sáhkkan alkoholageavaheami, de sáhtát oazžut juoidá lihkasit. Ale dattetge vuordde ipmaša. Alkoholaváttisvuohta, mii lea šaddan guhkit áigge badjel, čoavdašuvvá hárvve ovttatmano. Áššis hupman lea lávki rievdadusa guvlui – vaikko boadus livččii easka guhkkinn boahhtevuodas. Leage gierdevaš. Dat lea sihkkar, ahte mihkkege ii dáhpuhuva, jos buot guođđá barggakeahhtá!

Váldde čielgasa du báikegotti dikšun- ja rávvenbálvalusain, konsultere ja daga sáddenreivve dárbbu mielde

Vuoddodearvvastvuohhtafuolahusa bargi addá mini-intervensuovdnadivššu, čohkke oppalaš dieđu/árvvoštallá dili, konsultere ja sádde dárbbu mielde:

- gárrendikšui (váttes váttisvuođat, seahkalas geavaheapmi)
- mielladearvvastvuohhtadoaimmahahkii (miella-dearvvastvuohhtaváttisvuođat)
- spesiálabuohccedikšui (somáhtalaš komplikašuvnnat)
- njálmmi dearvvastvuohhtadikšui

Váldde vuhtii bearraša ja mánáid dili. Smiehta, makkár doarjaga mánát sáhttet dárbbášit.

Muital veardásašdoarjagis. Giige ii dárbbáš birget akto. Lagamus AA gávdno čujuhusas www.suomenaa.fi.

Diehtogáldut:

www.paihdelinkki.fi
www.a-klinikka.fi
www.thl.fi/neuvoa-antavat
www.stm.fi/Resource.phx/hankk/hankt/vamp/index.htm

Sosiála- ja dearvvastvuohhtaministeriija
Alkoholoprográmma
PL 33

00023 VALTIONEUVOSTO/STÁHTARÁÐDI
www.alkoholihjelma.fi

Dán diedihangihppagačča diŋgomat:
alkoholihjelmaaineisto@thl.fi



Dearvvastvuohhtan! Jeara alkoholageavaheamis

Sosiála- ja dearvvastvuohhtafuolahusa ámmátolmmoš

Alkohola riskageavaheapmi ii álot dárbbáš oidnot bajil, muhto dat sáhttá leat čilgehussan mánggaide du áššehasa/pasientta váttisvuođaide. Mađi árabut humat áššis, dađi buoret.

ISSN 1236-2123
ISBN 952-00-11597-3

Sosiála- ja dearvvastvuohhtaministeriija diedihancállosat 2004:12

Váldde ságastallamii

“Mo Don geavahat alkohola?”

“Goas juhket marimus?”

“Olugo juhket dalle?”

“Man dávjá jugat?”

“Man dávjá jugat iežat gárremiidda?”

“Man guhká leat juhkan?”

“Leago šaddan dadjamuš du juhkamis?”

“Leatgo du juhkamis šaddan váttisvuodát?”

Geahča, guldal, beroš, atte árvvu

Vástit, jeara, rávve

“Orru ahte geavahat alkohola govttolaččat.”

“Vaikko it geavatge nu ollu alkohola, de dat orru vehá liiggás du dálá eallindilis.”

“Du alkoholageavaheapmi manná badjel riskarájiid.”

- Nissoniin eanemustá 16 addosa, dievdduin 24 addosa vahkus dehe
- Vahkkosaš gárrenjuhkan (nissoniin badjel 5 addosa, dievdduin badjel 7 addosa hávális) dehe
- Beaivválaš juhkan (nissoniin badjel 2, dievdduin badjel 4 addosa) dehe
- Alkoholageavaheapmi lea dagahan váttisvuodaid

... ja sáhtttá dagahit, ahte du dávdalváttisvuohhta vearrána:

- čoavjeváttut
- bárttit
- loktanán varradeaddu
- váimmu rytmaváttut
- oadđinváttisvuodát
- šlundivuohhta
- jámma infekšuvnnat
- bátne- ja njálbmeváttut
- barggu geažil čađa váiban, váibbasvuohhta
- sosiálalaš váttisvuodát, bearašriiddut

Okta attus lea

- okta bohtal (0,33 l) gaskavuollaga
- okta lássa (12 cl) láivves viinni
- okta lássa (8 cl) garra viinni
- attus (4 cl) buollánviinni
- bohtal láivves viinni (0,75 l) lea s. 6 addosa
- vuolalása (0,5 l A-vuollaga) lea guokte addosa
- bohtal buollánviinni (0,5 l) lea s. 12 addosa

Rievdadeami muttut

Rievadanproseassa ovdána dávjá lávkkiid mielde. Váldde čielgasa, man muttus du áššehasa/pasientta justa dál lea. Dat, man garrasit son ieš hálida rievdadusa ja makkár vásáhusat sus leat ovdalis, váikkuha dasa, makkár doarjaga son dárbbasa. Fásta doaimmanmálliin luohpan ii álo lihkostuva oktanis. Jos ribaha juhkat, de dat ii mearkkaš ahte buot lea masson – rievdadusa bálgái lea álo vejolaš máhccat.

Hukse luohttámuša, guldal, roahkasmahte! Sáh-tát bidjat su vehá jurddašit, duvdilit odđa guvlui. Miehtemielaš doaladupmi movttiidahtta.

“Leatgo goassige smiehttan alkoholageavaheami geahpedeami dehe heaitima?”

1. **Ovdaárvoštallan “In goassige”**
Čielggat áššehasa/pasientta dili dubmekeahtta. Guldal su iežas jurdagiid dilis birra. Muital, mo son sáhtta oazžut doarjaga alkoholageavaheami geahpedeamis.
2. **Árvvoštallan “Muhtumin”**
Ságastala áššehasain/pasienttain alkoholageavaheami geahpedeami ovdduin ja váttisvuodain. Duvdde su vihkkehallat sierra molssaeavttuid. Dearvvasvuo as dáhpáhuvvan rievdadusat sáhttet fuolastuhttit ja lasihit olbmo diđolašvuoda iežas váttisvuodas.
3. **Mearrideapmi “Jua, olles áigge. Mihkkege ii leat datte vel rievdan.”**
Doarjjo mearrádusa. Nanne luohttámuša dasa, ahte rievdan lea vejolaš. Atte dieđu rávven- ja dikšun-vejolašvuodain. Jos dán muttus beassat doaimmaid dás-sái, de rievadanproseassa joatkašuvvá. Jos mearrádus ii šatta, de máhccat vuot árvvoštallanmuddui.
4. **Doaimman “Váttis, muhto lihkostuvvá goitge.”**
Roahkasmahte ja doarjjo. Leage diđolaš ribahanriskas. Rievdadus ii álo dáhkit bissovašvuoda.
5. **Bajásdoallan “Váttis, muhto lihkostuvvá goitge.”**
Atte dovddástusa rievdadusain, mat alkoholageavaheamis leat jo ollašuhhton. Movttiidahte joatkit.
6. **Ribaheamit “In nagodan dan!”**
Ribaheamit gullet gárrenmirkkuin beassamii. Movttiidahte áššehasa/pasientta álggahit proseassa álggus ja oahppat ribaheamis. Guldal ja doarjjo su iešluohttámuša.

Čále muitui fuomášumiidat

Dieđu alkoholageavaheamis galgá čállit áššehasa/pasientta duogášdieđuide/pasientamuitalussii.