

Alkohol & Narkotika

DROGPOLITISKT OBEROENDE TIDSKRIFT • ÅRGÅNG 116 • NO.4 2022

Tema: Föräldra-
skapsstöd s.8

Vad ska hända
med lustgasen? s.16

Europa: Fler
legaliserar s.32

Kanske Sveriges
skarpaste
hundnos?



Molly hittar det förbjudna

Med nos för doping



Ingen kommer undan politiken

ANTAGLIGEN ÄR DET bara i mitt huvud som **Marie Bergmans** falsett från 1977 snurrat under valrörelsen: *Ingen kommer undan politiken.*

Nu är valet över och man skulle kunna tycka att (B)rusets valspecial, intervjuer med företrädare för riksdagspartierna, redan är historia. Men historia är viktig även i nuet. Som förberedelse för årets intervjuer lyssnade vi på poddavsnittet från valrörelsen 2018. De är fortfarande intressanta. Som tidsdokument och för att vissa frågor är eviga – och då kanske inte främst gårdsförsäljning, utan mer sådant som balansgången och konflikten mellan den enskildes frihet och solidaritet med svaga grupper.

En lyssning gör det tydligt hur mycket som hänt under den gångna mandatperioden inom ANDTS-området: framlagd samsjuklighetsutredning som fått stort stöd i sitt förslag att regionen blir ensam huvudman för behandling, nya regler för det

vita snuset, narkotikautredning tillsatt, nationell anhörigstrategi klubbad, ännu en utredning om gårdsförsäljning överlämnad. Kommer det att hända lika mycket under de fyra kommande åren? Kommer partierna att prioritera det de säger att de tycker är viktigt? Kommer någon att följa upp och ge dem frågor om hur det går med löftena?

Rikspolitiken och den hårda tonen i både utspel och debatter kan vara minst sagt avskräckande. I (B)rusets intervjuer är politikerna mycket mänskliga. Någon börjar gråta under inspelningen, en annan ber oss bryta när en fråga är svårbesvarad. För oss blev samtalen en påminnelse om det engagemang som ligger bakom att någon ägnar sig åt politik, med alla de baksidor det har: viljan att påverka för det man anser är viktigt.

DET ÄR INTE ofta vi får ha en hundnos på omslaget, så det är bara att njuta av dopinghunden **Molly**. Vi följde med henne och hennes hundförare **Michael** och **Joanna Sjöo** på sökräning. De jobbar inom idrotten. Vi har även hört oss för om vad som händer med polisens arbete mot samhällsdopning.

I detta nummer har vi också fördjupat oss i föräldraskapsstödet. Att vara förälder är svårt även om föräldrar i dag är mer medvetna än någonsin. Information och tyckanden (ofta motstridiga) om det mesta, finns i överflöd för en förälder att värdera och ta ställning till. Psykologen **Kajsa Lönn Rhodin** vill hjälpa till att sälla och förmedla att det viktigaste är att bygga relationen till sitt barn. Hur ofta tänker vi på relationen till våra barn som något vi måste vårda?

I den psykologiska tallriksmodellen för ett barn (ja varför inte för oss vuxna också?) ingår kärlek, närvaro, bekräftelse, självkänsla och medkänsla, ramar och återhämtning. Barn som får det kan bygga ett skydd som vuxna mot både hjärt- och kärlsjukdomar, psykisk ohälsa och beroende. Skapar vi ett öppet och bekräftande samtalsklimat hemma ökar chansen att barnen fortsätter komma till oss även som tonåringar när vi inte längre har samma insyn i deras liv och de tar större risker. Att välja att berätta ger större skydd än insyn som en förälder får genom kontroll, regler eller förbud.

En aktuell fråga är lustgasen. Hur vanlig, och hur farlig är den? CAN har presenterat de första nationella siffrorna och Giftinformationscentralen vill att handeln begränsas. Detta kan du också läsa mer om i det här numret.

SOM VANLIGT HOPPAS vi att du hittar något i tidningen som intresserar just dig och som också gör dig lite klokare. Väcker det vi tar upp frågor – hör av dig. Vi är bara ett mejl bort.

/ ANNA FREDRIKSSON
TF CHEFREDAKTÖR



”

Kommer det att hända lika mycket under de fyra kommande åren? Kommer partierna att prioritera det de säger att de tycker är viktigt?

”De som tål
alkohol allra sämst
är de äldsta.

26



INNEHÅLL NO.4 2022

- 7 PERSPEKTIVET** Närstående eller anhörig?
- 16 FRÅGOR & SVAR** Så vanlig är lustgasen
- 24 FORSKARINTERVJUN** Fler negativa drogtest
- 26** Alkohol och äldre ingen bra kombination
- 30** Fulla fängelser ger korta behandlingar
- 32** Europa: fler legaliserar
- 34** CBD – ofarligt hälsopreparat eller bluffläkemedel?
- 35 SISTA ORDET** Problem av andras drickande



Stöd i att vara förälder

8 Vårda relationen till ditt barn. Det är budskapet från psykologen **Kajsa Lönn Rhodin** och också grunden i det generella föräldraskapsstödet. Föräldraskapsprogrammen har starkt stöd i forskning och riktlinjer men regionerna borde bli mer aktiva och någon ta ansvar för metodutveckling, menar **Martin Forster** på Karolinska Institutet.

Alkohol & Narkotika

ALKOHOL & NARKOTIKA ges ut av CAN. Tidskriften ska ur ett journalistiskt perspektiv bevaka och granska aktuella händelser på drogområdet. Den har en populärvetenskaplig inriktning och är drogpolitiskt oberoende. Åsikter framförda i artiklar och krönikor behöver inte överensstämma med redaktionen. **ANSVARIG UTGIVARE** Charlotta Rehnman Wigstad **TF CHEFREDAKTÖR** Anna Fredriksson · info@alkoholochnarkotika.se **WEBB** www.alkoholochnarkotika.se **ADRESS** Östgötagatan 90 · 116 64 Stockholm **TELEFON** 0723-714 328 **PRENUMERATION** 6 nr per år 300 kr · tel 031-743 99 05 (tis-ons, kl 09-12) · e-post aon@natverkstan.net **GRAFISK FORM & BILDREDAKTÖR** Jenny Holmqvist/Oh Dear form **OMSLAGSFOTO** Elliot Elliot **PORTRÄTTILLUSTRATIONER** Cecilia Lundgren **KORREKTUR** Bengt-Inge Bengtsson **TRYCK** Lenanders Grafiska AB **ISSN** 0345-0732 **CAN** Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning är ett nationellt kompetenscentrum som arbetar för minskade skador av alkohol och andra droger i samhället. Det gör vi genom att följa konsumtions- och skadeutvecklingen och genom kunskapshöjande insatser. Se mer på: www.can.se Vi hanterar våra prenumeranternas personuppgifter enligt den nya dataskyddsförordningen. Mer information hittar du på www.alkoholochnarkotika.se, eller genom att kontakta tf chefredaktör Anna Fredriksson.

3 st

tabletter tramadol var snittintaget en vanlig dag för de som brukade drogen och svarade på Folkhälso-myndighetens rapport *Den europeiska webbundersökningen om narkotika 2021*.

FINLAND VILL UTREDA SVERIGE

Cancerorganisationerna i Finland har bett EU-kommissionen utreda om Sverige håller sig till de regler som gäller för vårt snusundantag. Man hävdar att Sverige tillåter försäljning av snus till den illegala marknaden i Finland och på fartyg som seglar under finsk flagg. Snusandets ökar i Finland, i högstadiet-åldern använder 6 % av pojkarna och 1,7 % av flickorna snus dagligen. 2020 gjorde finska tullen över 900 beslag av tobaksfritt nikotinsnus.

Källa: Cancerföreningen.fi · Popnad



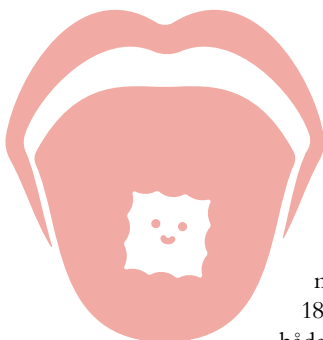
FÖR NYKTRA JAPANER?

Japans unga följer den nyktra trenden i västvärlden och dricker mindre än sina föräldrar. Att Japan samtidigt har världens äldsta befolkning bidrar också till att alkoholmarknaden och därmed skatteintäkterna krymper. Från 5 % av total-

intäkterna 1980 till 1,7 % 2020. Den japanska motsvarigheten till Skatteverket har nu utlyst en nationell tävling för att få in idéer som kan vända trenden – »Sake Viva«.

Källa: bbc.com

Många unga återfaller



FLER UNGA HAR lagförts för eget bruk eller innehav för eget bruk, 7 082 (2021) jämfört med 5 185 (2015). I en studie av Socialstyrelsen som omfattar 6 000 barn och unga som lagfördes 2017, saknade hälften gymnasiebehörighet, många hade debuterat tidigt med normbrytande beteende och många hade psykisk ohälsa.

En majoritet av 15–17-åringarna i studien erbjöds vård i form av samtal vid en Maria-mottagning eller motsvarande. De flesta 18–20-åringarna dömdes till böter. En majoritet i båda grupperna greps för nya narkotikabrott vid ett eller två tillfällen under de

år som studien pågick. Vården behöver följas upp så att den är likvärdig över landet och av hög kvalitet, skriver Socialstyrelsen.



Foto: Lehtikuvu/Heikki Saukkomaa/Reuters

”

**Alkohol är en
dålig drog för
en beslutsfattare:**

**ruset är så lång-
samt, återhämtningen så lång.
Under flera timmar är man oför-
mögen att göra något för landets
bästa. Det är en sak att ha rätt
till privatliv, kanske en annan att
ha rätt till långa garanterat oav-
brutna sjok av privat tid. Där har
»mjölet» med sina 30-minutersrus
åtminstone en fördel.**

Mycket har skrivits om Finlands statsminister Sanna Marin och hennes rätt att festa, detta av Elsa Kugelberg, krönikör på Dagens Nyheter.



Tonårslexikon om kropp och själ

VÄRSTA BÄSTA TONÅREN är skriven av kriminologen och föreläsaren **Maria Dufva** tillsammans med barnmorskan **Frida Garell**. Ett slags lexikon kring olika saker som man kan fundera på i tonåren. Maria

Dufva vill förebygga brott genom att utbilda och anser att unga ofta saknar kunskap som de har rätt till.

– Vi har utifrån vår gemensamma kunskap skrivit om allt som är relevant för tonåringar att känna till. Från tonårskroppens utveckling och sex till brott, samtycke, unga relationer, digitalt våld, skola och hem. Och självklart skriver vi också om alkohol och andra droger, säger Maria Dufva till drugsmart.se.

LÄS MER

➔ **VÄRSTA BÄSTA TONÅREN** Maria Dufva & Frida Garell
· Bookmark förlag (2022)

Foto: Elisabeth Edén



Yoga mot alkoholsug

KONDITIONSTRÄNING OCH YOGA kan minska sug och konsumtion av alkohol visar behandlingsstudien FitFor-Change vid Karolinska Institutet och som publicerat flera delstudier i tidskriften Drug and Alcohol Dependence. 140 otränade män och kvinnor med alkoholbruksyndrom slumpades till en konditionsgrupp, en yogagrupp och en kontrollgrupp som fick telefonrådgivning av en behandlingsspecialist.

Alkoholkonsumtionen minskade i alla tre grupperna med i genomsnitt sex färre glas alkohol per vecka och fler nyktra dagar. Även symtom på depression och ångest minskade. Störst effekt sågs i yogagruppen.

Nya CAN-rapporter 2022



CAN Rapport 211: Självrapporterade rök- och snusvanor 2003–2021
Beskriver hur den självrapporterade användningen av snus och cigaretter har utvecklats under åren 2003–2021. Baserad på Monitormätningarna där ca 18 000 personer svarar varje år. Nytt är frågor om vitt snus.

Fokusrapport 14: Nya perspektiv – Erfarenhet av alkohol, narkotika, tobak och spel om pengar på gymnasiets introduktionsprogram
I CAN:s årliga nationella skolundersökning ingår vanligtvis inte gymnasiets introduktionsprogram. Denna rapport ökar kunskapen om just dessa elever.

CAN Rapport 210: Narkotikaprisutvecklingen i Sverige 1988–2021
Sedan 1980-talet har CAN regelbundet samlat in information om gatu- och grossistpriser för olika narkotikasorter i Sverige. Informationen kommer från Sveriges samtliga 27 polisområden och ger underlag för att bedöma narkotikatilgänglighetens utveckling.

CAN rapport 209: Användning och beroendeproblem av alkohol, narkotika och tobak – En studie med fokus på år 2021 i Sverige
Beskriver hur stor del av befolkningen i åldrarna 17–84 år som använder, respektive har beroendeproblem av alkohol, narkotika, och tobak. Beskriver även användning av dopning.

CAN Rapport 208: Norsk gränshandel med alkohol i Sverige 2016–2020
Under 2016–2019 var gränshandeln på uppgång. Pandemin stängde gränsen 2020 vilket påverkade gränshandeln i stor utsträckning.

Alla hittar du på can.se/publikationer

Vad skrevs då?

Nr 4
2012

Nr 4
1992



Hemlösheten ökar

90-TALET'S LÅGKONJUNKTUR GÖR att antalet hemlösa i Stockholm växer och frågan börjar uppmärksammas. Socialtjänsten uppskattar siffran till mellan 3 000 och 5 000, varav mellan 300 och 500 är uteliggare. En majoritet, 75 procent förmodas ha någon form av missbruksproblematik. Alkohol & Narkotika går upp i gryningen och följer med i Frälsningsarméns uppsökbuss och besöker också ett natthärbärge. **Maria** som är socialarbetare på bussen tar med ett par gympaskor ur lånelådan, de kommer väl till pass när de möter **Tina**. Maria tar hand om Tinas nergångna trasiga skor med orden: »De här blir det första bidraget till vårt museum över hemlösa.« Socialläkare **Gunnar Ågren** efterlyser fakta i debatten och en ny kartläggning. Han ser billiga bostäder som den viktigaste faktorn för att bryta hemlösheten och hoppas att det svenska skyddsnätet ska hålla. »Vi är i dag det enda land i Europa som inte har en stor grupp uteliggare. Vi får se hur länge det varar...«, säger han.

Nr 4
2002



Drömmen om högvinsten

LARS GUNNE FÅR CAN:s drog-forskningspris och intervjuas om hur han introducerade metadonbehandling i Sverige 1966 när han var professor i psykiatri och överläkare vid Ulleråkers sjukhus. Han var långt före sin tid och kämpade många år i motvind inte minst mot Socialstyrelsen. (Lars Gunne var född 1923 och dog 2020.)

Svenskarna är ett storspelande folk tillsammans med länder som Singapore, Australien och Spanien och statliga Svenska Spel har ungefär halva marknaden.

Drömmen om högvinsten var **Patriks** drivkraft när han spelade på travet. Det slutade med ekonomisk och psykisk krasch. Nu har han blivit spelfri och är engagerad i föreningen för spelberoende. Psykologen **Jakob Jonsson** forskar om spelberoende och beskriver hur upptäckten av den spelberoendes problem ofta är chockartad för de anhöriga. De känner sig nästan alltid svikna och lurade.

Sten Rönneberg, professor emeritus i socialt arbete går igenom de få studier av behandling som finns och uppskattar att det skulle behövas 1 000 vårdplatser i Sverige.

BLIR DU SUGEN
PÅ ATT LÄSA ETT
ÄLDRE NUMMER AV
ALKOHOL & NARKOTIKA?
HÖR AV DIG TILL
ANNA.FREDRIKSSON
@CAN.SE



Alkoholreklam

ALKOHOL & NARKOTIKA besöker Bolivia där varken landets regering eller bönder ser problem med att kokabladet de odlar blir råvara till kokain. Man vill via FN avkriminalisera den traditionella konsumtionen men stöter på patrull bland annat från Sverige.

Resten av numret ägnas åt alkoholreklamen som i Sverige ökat med 127 procent mellan 2008 och 2011. En stor andel går till tv-reklam trots att alkoholreklam inte får sändas i tv eller radio enligt den svenska alkohollagen. Det hela blir möjligt genom att de kommersiella kanalerna sänder från Storbritannien. Men rättsläget är oklart och IOGT-NTO anmäler 2011 den tv-sända reklamen till Konsumentverket och Granskningsnämnden för Radio och TV. (Beslut kom först 2018 och anmälan avslogs.)

En studie som undersökt hur tonåringar i sex europeiska länder uppfattar budskapen i tv-sänd ölreklam visar både skillnader och likheter i kunskaper om reklamens avsikter. Gemensamt är dock en utbredd skepsis till alkoholreklamens budskap.

EN UNDERSKATTAD OKLARHET

Är du närstående eller anhörig? Ja, det beror på om du pratar med socialtjänsten eller sjukvården. Spelar det någon roll? Ja, begreppsförvirring förstärker det underläge som redan finns, menar författaren Åsa Moberg.



DET ÄR GLÄDJANDE att våren 2022 ta del av socialdepartementets direktiv till Sveriges första nationella anhörigstrategi. Under en period deltog jag i en grupp hos Bräcke diakoni som sammanställde en skrift om anhörigfrågor, *Du är inte ensam*. Den som benämndes »närstående« var då patienten, brukaren. Anhöriga var det sociala nätverket runt den personen. Samtidigt läste jag litteratur om psykiatri där patientens anhöriga betecknades som »närstående«.

»Närståendebegreppet är inte enhetligt definierat, utan beror på sammanhanget«, berättar Wikipedia. Det är faktiskt ett problem.

»Kunskapsläget om omfattningen och kvaliteten på den stöd som kommuner och regioner erbjuder till anhöriga är i dag bristfälligt«, upplyser den nya nationella anhörigstrategin, helt korrekt. En sak vet vi: detta stöd har många brister. En är förvirringen kring ordens innebörd.

Hur ska personal eller socialt nätverk uttrycka sig, till exempel vid utarbetande av en samordnad individuell plan, SIP, om man inte vet vem som åsyftas?

UNDER ARBETET MED boken *De omöjliga – från psykiatireform till dyr och dålig vård* hade vi många sådana funderingar. Jag var anhörig på 90-talet och frågade aldrig, fast jag undrade. En förklaring kom när jag år 2020 vid ett lunchbord äntligen vågade fråga: Socialtjänstlagen, SoL, använder begreppet »närstående« om patienten, medan hälso- och sjukvårdslagen, HSL, använder samma ord om de anhöriga.

Personal har sällan denna skillnad klar för sig. De blir inte glada när anhöriga tar upp saken: »Skulle inte jag känna till en så grundläggande sak?« Samverkan mellan sjukvård och kommunal omsorg ska alltså ske mellan grupper som lägger motsatt innebörd i ordet »närstående«.

Om Samsjuklighetsutredningen kunde reda ut detta skulle mycket vara vunnet för patienter, anhöriga och personal. I hälso- och sjukvårdslagen är patientens sociala nätverk i stort sett osynligt. HSL har få lagkrav om stöd till det sociala nätverket, medan socialtjänstlagen stadgar att anhöriga ska erbjudas stöd. Det sker ibland, men oftast inte.

I underlaget för *Nationell anhörigstrategi* fastslås att anhöriga har »sämre

upplevd hälsa än övriga befolkningen« och att »kvinnor påverkas mer negativt av att ge anhörigomsorg än män«, något som borde utforskas närmare.

PATIENTEN HAR MÅNGA beteckningar i de nya direktiven: »den enskilde«, »individen«, »omsorgstagare«, »äldre«, »personer med funktionsnedsättning«. Officiella texter använder sällan ordet »brukare«, som inte heller är populärt bland dem som ibland betecknas så. Socialstyrelsens begreppsbanken.se varnar:

»**Observera:** Eftersom termen *brukare* står för alla som får individuellt behovsprövade insatser från socialtjänsten är det inte lämpligt att kalla någon för *brukare* när man avser en särskild grupp eller enstaka individer – det kan uppfattas som en sorts avståndstagande.«

Antagligen bedöms det som en alltför kostsam åtgärd att se över lagtexterna för en konsekvent terminologi, men den osäkerhet kring begreppet »närstående« som nu råder förstärker anhörigas underläge i kontakter med vård och omsorg.

/ ÅSA MOBERG FÖRFATTARE,
JOURNALIST & ÖVERSÄTTARE

Tema: FÖRÄLDRA- SKAPSSTÖD

Att vara förälder är svårt och alla kan behöva stöd i den rollen ibland. Det är grunden för det generella föräldraskapsstödet. Men det behövs också målgruppsanpassat stöd. Psykologen **Kajsa Lönn Rhodin** vill hjälpa föräldrar att sälla bland all information och förmedla att det viktigaste är att bygga relationen till sitt barn. Trots riktlinjer och starkt forskningsstöd för föräldraskapsprogrammen saknar **Martin Forster** på Karolinska Institutet insatser från regionerna.

TEXTER ANNA FREDRIKSSON



Få saker engagerar som föräldraskap



Föräldraskapsstöd handlar i mångt och mycket om att få hjälp i relationen till sitt barn. Den psykologiska tallriksmodellen kan ge ett skydd ända upp i vuxen ålder mot både hjärt- och kärlsjukdomar och beroende, säger psykologen **Kajsa Lönn Rhodin**.

PRINCIPERNA FÖR FÖRÄLDRA-SKAPSSTÖD är allmänmännsliga. De är desamma som vi tillämpar i våra relationer till kollegor och partner. Men relationer kan vara svårt för många och här behöver vi alla stöd till och från, menar

Kajsa Lönn Rhodin, psykolog, författare och utvecklingsledare vid Länsstyrelsen i Stockholms län.

– Att vara förälder är också en maktposition, barnen är helt beroende av dina relationella kunskaper och förmågor, säger hon.

Mycket har hänt som är positivt när det gäller föräldrarollen. Utvecklingen har gått snabbt från det att aga förbjöds 1979 till dagens medvetna föräldrar som har tillgång till mycket information och en stor vilja att göra rätt. Samtidigt finns det en ökad vilsenhet; vi lever längre från vår ursprungsfamilj och föräldrar vänder sig i dag hellre till nätet som alltid är tillgängligt, än till nära och kära.

– Men internet är ett tveeggat svärd. Man är ganska utlämnad till att själv värdera. Slänger du ut en fråga i ett familjeforum kommer tio svar där folk har väldigt starka åsikter.

SOM FÖRÄLDER KAN det bli svårt att sålla och det blir lätt polemik – för få saker engagerar så som hur man ska vara som förälder. Det här kan



Foto: Henrietta Asplund

Kajsa Lönn Rhodin är psykolog, författare och utvecklingsledare vid Länsstyrelsen i Stockholms län.

ABC

vänder sig till alla föräldrar och finns i tre versioner: 0–2 år (under utveckling), 3–12 år och tonår (13–19 år).

skapa osäkerhet och göra att föräldrar mår dåligt i sin roll. Då måste samhället sluta upp och erbjuda stöd när det behövs, menar Kajsa Lönn Rhodin.

– Vi har mycket på fötter när vi säger att föräldraskapet är betydelsefullt. Skolan är en annan viktig skyddsfaktor precis som föreningsliv, en meningsfull fritid och närmiljöns utformning.

När tonåringen kommer i kontakt med droger, behöver relationen finnas för att föräldern ska få information och kunna hjälpa sitt barn i tid. Med en bra relation kommer ett öppet och bekräftande samtalsklimat hemma.

– Då ökar chansen att barnen fortsätter komma till oss även som tonåringar när vi inte längre har samma insyn i deras liv och de tar större risker. Att välja att berätta ger större skydd än insyn som en förälder får genom kontroll, regler eller förbud, säger Kajsa Lönn Rhodin.

En förälder som man vill berätta för, som man tror kommer kunna hjälpa en, den relationen bygger man inte på ett år.

– Har det gått snett i kommunikationen är det bra att prata om att man vill ha en nystart. Sen är det upp till bevis för föräldern. Men det är aldrig för sent. Du kan bygga anknytning hela livet.

DEN PSYKOLOGISKA TALLRIKSMODELLEN består av kärlek, närvaro, bekräftelse, självkänsla och medkänsla, ramar och återhämtning. ►

FAKTA ABC Tonår

- ➔ Träff 1 – Vara tillsammans
 - Att vara tonårsförälder
 - Hitta sätt att ha tid ihop med din tonåring
- ➔ Träff 2 – Bra samtal
 - Lyssna och bekräfta din tonåring
 - Kommunera på ett lugnt sätt
- ➔ Träff 3 – Välja en lugn väg
 - Må bra som förälder och minska stress
 - Hantera besvärliga situationer på ett lugnt sätt
- ➔ Träff 4 – Hantera problem
 - Att stå kvar som förälder även då du ställs inför utmanande situationer
- ➔ Varje träff är 2,5 timme

Källa: Sollentuna kommun



Vad alla föräldrar borde få veta av Kajsa Lönn Rhodin och Maria Lalouni (Natur & Kultur, 2019)

” Vilka når vi och inte? En grupp som undersökningar visar att vi inte alltid lyckas fånga upp är utrikesfödda.

– Flera stora studier från olika länder visar att barn som får det här kan bygga ett skydd som vuxna mot både hjärt- och kärlsjukdomar, psykisk ohälsa och missbruk, säger Kajsa Lönn Rhodin.

Att relationen är grunden är *Vad alla föräldrar borde få veta*, tycker hon. Därför har hon tillsammans med kollegan **Maria Lalouni** skrivit boken som heter just så.

De var med och startade ABC, Alla Barn i Centrum i Stockholms stad 2009, en modell som bygger på föräldraträffar.

– Då tog man en nationell strategi och det började hända saker med det bredare stödet och det bredare budskapet. Med ABC, 3–12 år, ville vi nå ut till alla, skapa lågtröskelverksamheter och göra stödet mindre stigmatiserande.

Det här har lyckats, anser hon. Tanken är också att genom ABC kunna fånga upp och slussa vidare den förälder som man märker har behov av mera stöd.

FÖR UTÖVER DET grundläggande generella föräldraskapsstödet måste det också finnas målgruppsanpassat stöd.

– Vilka når vi och inte? En grupp som undersökningar visar att vi inte alltid lyckas fånga upp är utrikesfödda.

Att ge ABC som en del i svenskutbildningen inom ramen för SFI, svenska för invandrare, har visat sig lyckosamt. Eftersom tolk kan behövas kräver det längre träffar.

Kajsa Lönn Rhodin efterlyser ett bredare sätt att se på föräldraskapet redan från bvc, som att i större utsträckning inkludera partnern till den födande. Av tradition har mycket på bvc handlat om mat, sömn och säkerhet.

– Jag tror att fokuset på relationen föräldrar – barn kommer mer, det är viktigt för hela familjens hälsa. Hon fortsätter:

– De gör ett fantastiskt jobb ute i verksamheterna för att erbjuda föräldrar stöd men långsiktigheten i det här är en fråga på högsta politikernivå. Karolinska Institutet kan utbilda i ABC så länge de forskar men det finns inget långsiktigt avtal.

Det blir en ojämlikhet i att stora kommuner har metodutveckling och de små får lita på att de stora delar med sig, tycker Kajsa Lönn Rhodin.

– Nästan alla resurser går till det akuta, politikerna måste våga ta beslut att främja det förebyggande trots att kvittot inte kommer denna mandatperioden. ◀

LÄS MER

➔ FORSKNINGEN BAKOM »ALLA BARN I CENTRUM«
allabarnicentrum.se/forskning

»Släpp taget men gå bredvid«

Föräldrar som grupp skulle gynnas av att kroka arm med varandra mer, tycker **Johanna Håkansson**, fältassistent i södra Stockholm.

TA HJÄLP AV barnens kompisars vårdnadshavare, lägg tid på ditt barns idrottsklubb, föräldravandra, var

aktiv och lägg dig i. Även om du tycker att barnen måste få ha ett privatliv så är de fortfarande just barn och behöver närvarande vuxna. Det säger **Johanna Håkansson**, fältassistent i Stockholmsstadsdelen Liljeholmen-Hägersten-Älvsjö.

Knepet är att släppa taget men ändå gå bredvid. Johanna Håkansson håller i föräldraträffar, både enligt ABC, som är för alla föräldrar och Komet som riktar sig till de som har det konfliktfyllt och bråkar mycket hemma.

– Komet är ett fantastiskt program men det tar mycket tid, man binder upp sig för åtta träffar, alla har inte den möjligheten. ABC är kortare och för den som vill vässa sitt föräldraskap.

Ämnena för ABC-träffarna är att vara tillsammans i vardagen utan konflikter, att få till bra samtal och att hantera egen stress såväl som stress hos barnet.

– Vi kan inte bara attackera problemen, man måste jobba på relationerna. Du ska som förälder kunna säga det du vill utan att det blir gnäll eller kritik mot ditt barn.

DEN STORA GREJEN är det som händer i gruppen mellan föräldrarna, tycker Johanna Håkansson. Att de får lyfta och lufta sådant som är svårt och blir stärkta av att höra hur andra har det och känna: »Det är inte bara min tonåring som gör så här.«

– Det kan finnas mycket skam, skuld och knepiga känslor runt föräldraskapet.

ABC funkar som en väg in; sista

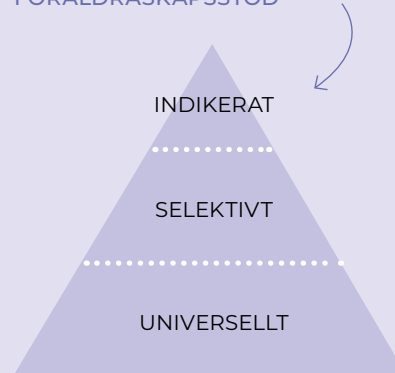
gången presenterar gruppledarna det stöd som finns i stadsdelen, då har man byggt ett förtroende i gruppen.

Inom stadsdelen finns 18 högstadieskolor och när fältassistenterna är fullt bemannade är de åtta anställda. Johanna Håkansson älskar att vara ute och träffa ungdomarna. Men hon tycker att många ser tonåringar som en främmande sort.

– Man glömmer allt det som är bra. Ungdomar har ett sug efter att prata med vuxna. Vissa är starka i att själva söka stöd; det hänger ihop med om de har stöd hemma och positiv erfarenhet av vuxnas vilja att hjälpa till. ◀

”**Det kan finnas mycket skam, skuld och knepiga känslor runt föräldraskapet.**

TRE PREVENTIONSNIVÅER AV FÖRÄLDRASKAPSSTÖD



Universellt stöd bör erbjudas alla föräldrar under barnets hela uppväxt, det är insatser som inte tar hänsyn till skillnader mellan hög- och lågriskgrupper.

Selektivt stöd är riktade insatser som erbjuds föräldrar eller familjer särskilt utsatta för en eller flera riskfaktorer eller med begynnande problem.

Indikerat stöd till individer eller grupper där man har observerat problem, till exempel stöd och insats från socialtjänsten vid konstaterad droganvändning.

Källa: Preventionspyramiden. Ur rapport: RISE Social & Health Impact Center & Länsstyrelsen i Stockholm 2021. Risk- och skyddsfaktorer – vad vet vi och vad kan göras med kunskapen? RISE Research Institutes of Sweden.



”

STÖD FRÅN MINIMARIA: »BEKRÄFTELSEN VAR DET VIKTIGASTE«

VÅR SON ALKOHOLDEBUTERADE i åttan och det kom från ingenstans. Han blev brakfull. Jag hade hört av kompisar om Minimaria, att de frågar, gör tester och ger stöd. Nu är jag tacksam att jag visste att de fanns. Sedan blir det automatiskt en orosanmälan till socialtjänsten, men det får man ta.

Han hade precis fått en adhd-diagnos. Det är svårt som förälder att bete sig på ett superpedagogiskt sätt när man blir rädd, orolig och arg. Jag ville korsförhöra, veta allt, för att hindra att det hände igen. Det funkar inte, det förstår man. Jag vet att barn med npf har utmaningar och lättare hamnar i problem. Drogtest på Minimaria visade inget. Men det skulle bli flera vändor. Jag misstänkte att han hade börjat röka på, tyckte han betedde sig konstigt. Hans pappa och jag är skilda och han litade på vår son. Men jag gjorde inte det. Han hade nya kompisar som jag aldrig fick träffa och jag hittade en liten samling marijuana på hans rum. Nu kändes det superallvarligt och jag köpte egna tester, men det blev en konstig roll. Det är bättre att proffs gör testerna. Minimaria gav mitt barn en möjlighet att reflektera över vad han hade gjort. Han fick gå där och prata och drogtestas regelbundet. Han tyckte det kändes bra.

”

Det är svårt som förälder att bete sig på ett superpedagogiskt sätt när man blir rädd, orolig och arg.

Men han bestämde sig för att testa LSD också och då pratade de allvarligare med honom. Nu var jag orolig på riktigt, kände att han ljög. Jag drog mig undan, sa helt enkelt till min son att jag var för orolig för att prata. Jag hittade ett förhållningssätt själv, men fick bekräftat av Minimaria att jag gjorde rätt. De var väldigt icke-dömande, tog fram det som var bra: att han pratade med oss, att vi var två engagerade föräldrar som var på samma sida. De sa att det

är betydelsefullt. De sa: »Försök att inte reagera i affekt, gå undan, det är okej att vara arg men ta inte ut det på ditt barn, du kan ringa när du vill för stöd.« Bekräftelsen i det här var det viktigaste.

Vi ringde till alla föräldrar i kompisgänget om LSD:n, det var jobbigt men vi blev bra bemötta. Vi rekommenderade alla att ta kontakt med Minimaria. Jag hade velat veta i en liknande situation. Man vill inte prata med alla man känner för sitt barns skull och för att det finns ett stigma. Många säger att de inte vill sitta i samtal med socialen, att det är förnedrande, det är jag helt med på, men jag rekommenderar alla att ta hjälp. För mitt barns skull kan jag ta hur många orosanmälningar som helst.

Vårt barn testade vår relation, vi har fått en starkare familjesammanhållning av det här och samarbetar på ett jättefint sätt, även hans bonusmamma och jag.

Nu har han mognat, hittat en balans genom att träna och har en relation. Jag säger som det är: »Du vet vad vi tycker och hur ledsna vi är om du skadar dig själv så.« Visst festar han och dricker folköl, men jag är ganska säker på att han inte tar droger. Men jag är fortfarande rädd att leta i hans väska. Han kommer in till mig när han kommer hem och visar sig, han fyllde 18 nyligen. Det var bra att det hände innan han fyllde 18. Misstänker jag något kommer jag att stötta honom i att söka hjälp. Då är det upp till honom. ◀

Berättat för Anna Fredriksson av en mamma som av hänsyn till sin son vill vara anonym.



Föräldraskapsstöd ger bra resultat – när det finns

Föräldraskapsstöd har bra effekt visar forskning. Trots det erbjuds det inte alltid och det finns ingen som tar hand om och förvaltar metoderna, menar **Martin Forster**, barnpsykolog och forskare på Karolinska Institutet.

OLIKA INSATSER, **AKTIVITETER** och verksamheter riktade till föräldrar och som stärker föräldraförmågan och relationen mellan förälder och barn. Så lyder definitionen av föräldraskapsstöd i den nationella strategin för ett stärkt stöd som antogs 2018. Det kan handla om att ge föräldrar kunskap om barnets rättigheter, hälsa och utveckling och att stärka föräldrars relation till varandra, eller

relationen till deras sociala nätverk.

Om man tittar på internationell forskning är beteendebaserade föräldrastödsprogram den enskilda åtgärd som har bäst forskningsstöd för behandling av utagerande problem.

– Det ser vi också i den svenska studien som är en direkt jämförelse mellan programmen De otroliga åren, Connect, Community Parent Education (COPE) och Komet, säger **Martin Forster**, barnpsykolog och

forskare på Karolinska Institutet.

Efter två år har alla program stor till medelstor effekt. Men man får snabbare genomslag med de metoder som bygger direkt på föräldrarnas beteende gentemot barnet, vilket är alla utom Connect.

– När man säger att man vill jobba långsiktigt blir det ibland fel. Två år är lång tid i ett barns liv. Skulle du vilja låta ditt barn ha det jobbigt i två år? Om du kan välja att se resultat om ett halvår? Internationellt är De otroliga ►



Foto: Mia Carlsson

” Två år är lång tid i ett barns liv. Skulle du vilja låta ditt barn ha det jobbigt i två år? Om du kan välja att se resultat om ett halvår?

åren överlägset i ett antal studier. Det finns en väldigt stark evidens för det beteendeorienterade stödet där man jobbar direkt med samspelet, säger Martin Forster.

Det varierar om kommuner och regioner tar föräldraskapsstödet på allvar. Särskilt regionerna borde ta ett större ansvar, menar Martin Forster.

– Vissa kommuner tar verkligen sitt ansvar men regionerna borde vara mer aktiva inom ramen för barn- och ungdomspsykiatri/bup och primärvården.

FÖRÄLDRASKAPSSTÖD ÄR FÖRSTAHANDSALTERNATIV enligt Socialstyrelsens riktlinjer för barn med utagerande beteenden, till exempel barn med adhd-diagnos eller barn som hamnar i mycket konflikter. Den förälder som kommer till bup bör alltså bli erbjuden stöd i sitt föräldraskap, men det som sker är att bup hänvisar till kommunerna.

– Det kan vara ett uppbyggt samarbete som fungerar väl, men det är inte alltid så. Kommunens stöd är inte alltid anpassat för den grad av

svårigheter som finns hos dem som dyker upp i vården. Kommunens föräldragrupper är inte heller tillgängliga hela tiden. Jag tycker att här bör många regioner växla upp.

Regionerna erbjuder i stället ofta samtal direkt med barnet, eller mindre strukturerade samtal med föräldrar.

– Barnet får inte det som är rekommenderat, utan något annat. Då kan vi befara att effekten blir att det inte hjälper lika mycket. För barn med adhd-diagnoser gjorde vi en uppföljning som visade att man i många fall gav medicin och lite olika insatser via habiliteringen.

Familjen fick information om diagnosen men sällan direkt föräldraskapsstöd på ett strukturerat och omfattande sätt. Något som alltså strider mot Socialstyrelsens riktlinjer. Rekommendationen är att börja med psykosociala insatser, och först efter det prova medicin.

– Det är jättebra att barn med adhd-diagnos får medicin, för det hjälper många, men inte enbart. Det är kombinationen som är ordinerad och helst i ordningen att föräldraskapsstödet kommer först. Även om barnet fått en diagnos kan det för en del

räcka att omgivningen förändras, säger Martin Forster.

EN SAK SOM han tycker ofta kommer bort i diskussioner om evidens är hur ett program eller en metod genomförs.

– Vad är möjligt för oss, vad kan vi utbilda personal i, vad kommer vi att kunna upprätthålla? När det gäller preventivt arbete är det extremt vanligt med projektsjuka. En kommun satsar på någonting, använder en metod ett tag, sedan är medlen slut, och det är business as usual. Då kan det vara bättre att ta ett program som inte har den allra bästa evidensen om man ser att man kan erbjuda det i stor skala över tid.

I diskussionen från forskarhåll kan det vara slagsida åt att enbart prata om den vetenskapliga evidensen och det blir inte enkelt för beslutsfattare att orientera sig med bara det underlaget.

– Över lag är det ett problem att många metoder brister i genomförande och överlevnad. Föräldraskapsstödet och det mesta preventiva arbetet saknar en organisation som står för förvaltning och som kan erbjuda stöd



”

Det är jättebra att barn med adhd-diagnos får medicin, för det hjälper många, men inte enbart. Det är kombinationen som är ordinerad och helst i ordningen att föräldraskapsstödet kommer först.

och resurser. I Norge finns statligt organiserade verksamheter som förser kommunerna med utbildning. I Sverige är det upp till varje kommun, säger Martin Forster.

Han menar att Socialstyrelsen nu tillsammans med Sveriges kommuner

och regioner går igenom om de kan bistå med ramavtal och upphandling.

– Det är jättebra om de gör det, men vilka tillhandahåller utbildning?

FÖRÄLDRASKAPSTÖD OCH INSATSER genom bup eller socialtjänst

kan vara både preventivt och vård och behandlingsinsatser. Oavsett nivå finns det ingen som ansvarar för metodutveckling och förvaltning av metoder och program.

Det här är en viktig orsak till att preventiva metoder som överlever är en bristvara inom socialtjänsten men också inom skolan, anser Martin Forster.

– Hela personalen går en två-dagars kurs, ett år senare har allt ebbat ut. Här skulle jag önska att det blev mer tydligt vem som är ansvarig. ◀

LÄS MER

➔ **INGEN HJÄLP UTAN UTREDNING – OCH UTREDNINGEN KOMMER FÖR SENT** Forster, M., Ekroth, E., Soheil Mahdi, S. · Karolinska Institutet, Institutionen för klinisk neurovetenskap, Sektionen för psykologi (2014)

STÖD TILL FÖRÄLDRAR MED BEROENDE

»När vi jobbar med det individuella eller i grupp under behandlingen då dyker alltid föräldraskapet upp. Man kan jobba med föräldraskapet och beroendet samtidigt, vi vet det. Men ändå gör vi inte det.«

»När det blir öppet och sanktionerat att föräldrarna går i behandling och både barn och föräldrar vet att det är det här som är vårt familjeproblem, då är det också lättare att jobba med föräldraskap.«

Citat från CAN-rapporten *Stärkt barn- och föräldraperspektiv, kartläggning av missbruks- och beroendevården i Västernorrland*.

Föräldrarollen är ofta förknippad med mycket skuld och skam för den som har ett beroende. Föräldraförmågan är också svår att arbeta med, då den både byggs och visar sig varje dag. Men även den som inte kan bo med sitt barn kan fylla en roll som förälder. Ser den som ska stötta personen i första hand en förälder med missbruksproblematik, eller en vuxen som först måste bli nykter och drogfri innan man kan planera för föräldraskap? Det är också en uppgift att

hjälpa föräldern att bli så bra förälder som den kan. Och våga ställa frågan: »Hur är det för dig att vara förälder när du har det här bekymret?« ◀

LÄS MER

➔ **STÄRKT BARN- OCH FÖRÄLDRAPERSPEKTIV – KARTLÄGGNING AV MISSBRUKS- OCH BEROENDEVÅRDEN I VÄSTERNORRLAND** Fredriksson, A. · CAN Rapport (2021)

HUR VANLIGT – OCH HUR FARLIGT – ÄR LUSTGAS?

Giftinformationscentralen larmar om allvarliga skador efter lustgasanvändning. Nya siffror från CAN visar att unga som använt lustgas också använt andra substanser. Regeringen har tillsatt en utredning, men är det lösningen?

TEXT ANNA FREDRIKSSON / ILLUSTRATION KARIN ULIN

livsförändrande skador orsakade av lustgasmissbruk. Flera har haft uttalad påverkan på kognition och närminne, en bild som liknar demens. Andra har nedsatt motorik, några har drabbats av svåra blodproppar.

DEN UTREDNING REGERINGEN tillsatte i juli ska vara klar i oktober 2023 och ska bland annat titta på reglering av lustgas i berusningssyfte – försäljning, marknadsföring och tillsyn, inklusive möjlighet att införa åldersgräns. Erik Lindeman hade önskat tydligare direktiv.

– 18-årsgräns har nämnts, men det tycker jag är feltänkt. De flesta patienter som vi kontaktats om är över 20 år, men framför allt skickar det en signal om att lustgasberusning är sanktionerat om man bara har åldern inne. Lustgas (dikväveoxid) har använts

länge som smärtlindring inom bland annat förlossningsvården. Gasen ger ett kort rus och räknas som en dissociativ drog, en undergrupp till hallucinogener.

– Att lustgas som används på gatan, till skillnad från medicinsk lustgas, ger syrebrist och kan leda till svimning med fallskador som följd är korrekt. Men det vi vill varna för är upprepad användning, säger Erik Lindeman.

OM LUSTGAS ANVÄNDS dagligen eller flera gånger i veckan, vilket kan hända när gasen tas i berusningssyfte, ger den upphov till vitamin B12-brist vilket kan leda till nervskador och blodproppar.

Fram till 2020 såg Giftinformationscentralen sällan sådana skador av lustgas, men det året hände något.

– 2021 blev det fler allvarliga fall, under hela året 50 enskilda

JAG VET INTE om en utredning är bra faktiskt, jag är otålig. Vi har försökt larma och skramla om att den här situationen inte håller.

Erik Lindeman är läkare på Giftinformationscentralen, en nationell telefonservice hos Läkemedelsverket som tar emot samtal om förgiftningar från hela landet, både från privatpersoner och sjukvård. Han hade gärna sett snabba åtgärder för att lägga hinder i vägen för den försäljning av lustgas som pågår på krogar, torg och över nätet.

– Vi blir kontaktade två-tre gånger i veckan av läkare som träffar människor i 20-årsåldern med allvarliga, ibland

”

Vi blir kontaktade två-tre gånger i veckan av läkare som träffar människor i 20-årsåldern med allvarliga, ibland livsförändrande skador orsakade av lustgasmissbruk. Flera har haft uttalad påverkan på kognition och närminne, en bild som liknar demens.

sjukhussamtal rörande människor med skador kopplade till upprepat lustgasmissbruk. Under 2022 har vi redan passerat 50 fall under sommaren, säger Erik Lindeman.

Genom ett särskilt blodprov går det att med stor säkerhet fastställa att skadorna verkligen orsakats av lustgas.

– Vi kan fänga upp den här trenden, men jag är rädd att det också finns ett stort mörkertal, med mindre uttalade symptom som inte personerna själva eller sjukvården förknippar med användningen av lustgas, säger Erik Lindeman.

EFTERSOM DET SAKNATS nationell statistik om hur utbredd användningen är införde CAN, Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, frågor om detta i 2022 års skolundersökning.

– Nu när vi fått resultaten ser vi att lustgasanvändning är vanligare i storstadsområden, lika vanlig bland killar som bland tjejer och tydligt hänger samman med användning av alkohol, narkotika och tobak, säger **Ulf Guttormsson**, avdelningschef på CAN.

Sex procent av eleverna i årskurs 9 svarade att de hade provat lustgas någon gång. I gymnasiets år 2 hade andelen stigit till 17 procent. Siffrorna är

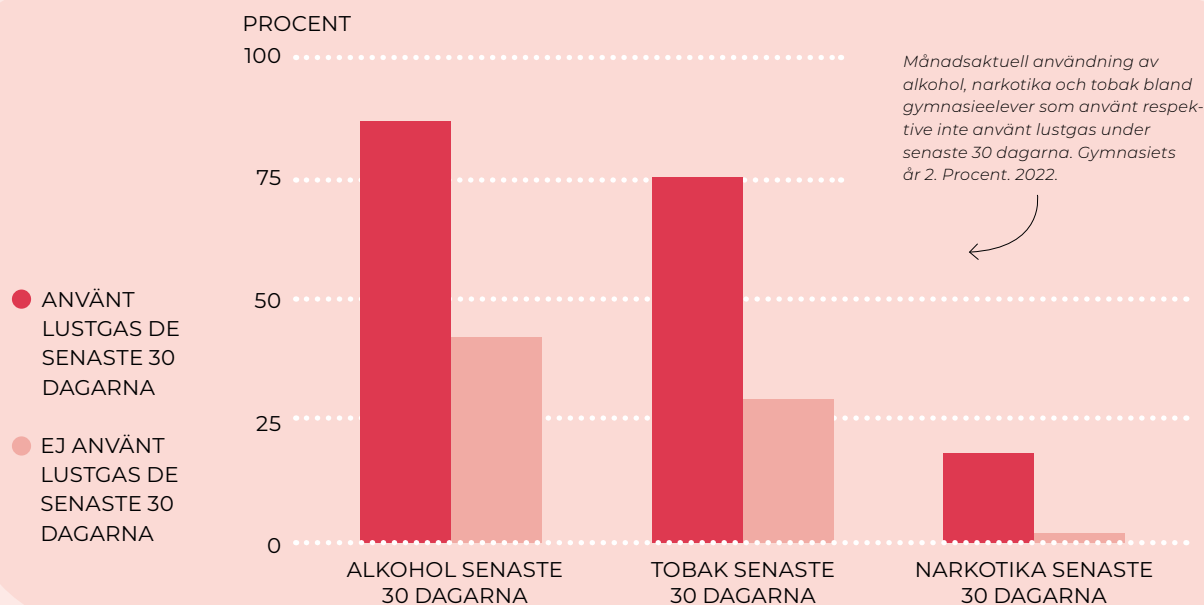
jämförbara med hur många elever som rapporterade att de provat cannabis.

Bland de gymnasieelever som uppgav att de använt lustgas under de senaste 30 dagarna var det dubbelt så vanligt att ha druckit alkohol jämfört med övriga elever (87 jämfört med 43 procent). För narkotika var skillnaden nästan tiofaldig (18 jämfört med 2 procent). Bland de elever som använt lustgas senaste månaden var det endast fem procent som inte också hade använt alkohol, tobak eller narkotika under samma tidsperiod.

– Med andra ord var det ovanligt att elever hade använt lustgas utan att också ha använt andra substanser, säger Ulf Guttormsson.

ERIK LINDEMAN TROR inte att rätt väg är att narkotikaklassa lustgas.

– Det finns för mycket legitima användningar som är viktiga att bevara. Men det borde vara krav på en livsmedelslicens för att få köpa mer än enstaka patroner av gräddgas och försäljningen bör utsättas för inspektion och sanktioner vid regelbrott. Den nuvarande galna vilda västermarknaden måste upphöra och polisen få verktyg att ingripa. Det är för lätt att tjäna grova pengar på detta nu och för många människor far illa. ◀



Källa: Lustgas bland unga 2022 • Guttormsson, U. & Grpe L. • Kortfakta 01 CAN (2022)

Molly förebygger doping

När Sveriges enda dopinghund **Molly** kommer till gymmet blir uppmärksamheten positiv. Viktigt att hela samhället arbetar tillsammans mot förbjudna preparat, tycker **Joanna** och **Michael Sjöö**, Mollys hundförare. Också polisutbildare vill se större polisiär närvaro på gymmen.

TEXT ANNA FREDRIKSSON / FOTO ELLIOT ELLIOT



MOLLY OCH JOANNA Sjöo har en kort rast från träningen. Det blir en promenad på gräsmattorna utanför

Bosön, Riksidrottsförbundets utvecklingscentrum på Lidingö. Molly får några morötter som mellanmål. Först när matte visar att det är okej att hälsa på Alkohol & Narkotikas reporter och fotograf kommer hon fram.

– Att ha en hund är ett ansvar, men tjänstehund är ett ännu större ansvar, säger Joanna Sjöo.

Molly gör ett eller två jobbsök i veckan och har hela Sverige som arbetsfält. Hon letar efter förbjudna dopingpreparat på idrottstävlingar eller träningsanläggningar anslutna till Riksidrottsförbundet/RF, som Friskis & Svettis. Emellanåt tränar hon på Bosön på alla aktuella preparat, tabletter och vätskor.

– Tomma ampuller övar vi mycket på, det finns en liten doft kvar, säger **Michael Sjöo**.

Det är Joanna Sjöo som oftast hanterar preparaten och Michael som är läkare har möjlighet att ordna så att Molly kan träna på dopingklassade läkemedel.

– Det var otroligt speciellt och svårare än förväntat att lära sig sköta preparaten noga. Det är viktigare än jag trodde att hantera dem rätt så att inte Molly blir tränad på fel doft och markerar fel, säger Joanna.

Hundföraren använder alltid plasthandskar, men även de har en doft.

– När jag kommer hem tvättar jag av allt i aceton och i 99-procentig sprit för att doftbilden ska försvinna. Sedan lägger jag allt i speciella påsar, säger Joanna Sjöo.

Hon och Michael har jobbat med antidoping inom idrottsrörelsen ►

” Vi försöker vara så diskreta som möjligt så vi inte chikanerar någon. Molly är en otroligt smidig hund.

sedan 1990-talet. Joanna är anställd av Antidoping Sverige, för Michael som är flygläkare och aeromedical adviser är hundförare ett extrajobb.

Det var en tidigare chef på Antidoping Sverige som kom med idén om en sökhund för att utveckla arbetet. Dopingprover är väldigt dyra och med en hund som stöttar i urvalet kan man få en bättre träffbild. Det förebyggande och lite avskräckande arbetet har blivit större än någon anade. Molly har stor dragningskraft, många yngre idrottare kommer fram och många vill prata.

– Det räcker att hon kommer in på Friskis & Svettis så går djungeltrumman och då har vi fått ut budskapet att tester görs ofta och att de vill ha anläggningarna fria från doping, konstaterar Michael Sjöo. Och fortsätter:

– Det går inte bara att säga att användandet av dopingpreparat är farligt, att du kan få hjärtproblem eller andra problem, det håller oftast inte för en ungdom. Man måste ha en annan angreppsvinkel. Det handlar om värderingar. Varför vill jag idrotta? Vad vill jag stå för?

MOLLY HAR OCKSÅ blivit en brygga mellan Antidoping Sverige och idrottarna, ledarna och föräldrarna. Kanske vill någon fråga om kosttillskott eller om en astmamedicin.

Att hitta en lämplig sökhund är inte lätt. Det är svårt att avla fram kombinationen bra nos och bra psyke, ofta letar man efter hundar som är några år. Springer spanieln Molly fanns på en kennel på Nordirland där en person som letade lämpliga hundar var ute på scouting. Det började med att personen studsade en boll, fångade den i handen och såg vilken hund som satt kvar längst. Efter ytterligare tester blev Molly sedan utvald och fick gå igenom ett lämplighetsprogram med 18 punkter hos Tullverket. En sökhund måste klara alla punkter.

Att söka ser mycket enklare ut än det är. Hundföraren ska kunna läsa av hundens signaler och kroppsspråk, till exempel när den gör en så kallad frysmarkering.

– Molly har enorm uthållighet, men hon blir trött när hon söker eftersom hon då är mycket aktiv och har en hög andningsfrekvens, säger Michael Sjöo.

Det är hundförarens jobb att se till att hunden får tillräcklig vila, samspelet är viktigt.

NÄR MOLLY KOM till Sverige var hon tre år, i princip fullvuxen. Hon bodde de första sex månaderna hos en av tullens hundinstruktörer som tränade henne. Kraven som ställs är exakt samma som för en tullhund. Skillnaden är att Molly är tränad på andra preparat.

Det här var 2017 och Joanna och Michael Sjöo ansökte om att bli Mollys hundförare.

Det bästa Molly vet är att få sin gula boll kastad till sig och det får hon som belöning under träning när hon hittar dopingpreparat. Om inget hittas under ett jobbsök avslutar Michael eller Joanna alltid med att placera ut ett preparat så att Molly kan söka, hitta och få sin boll.

Vid upplärningen startade träningen med att Molly fick söka efter en boll och sedan efter allt mindre bitar av bollen. Därefter blir bytet den doft

FAKTA

Doping och samhällsdopning

➔ **Inom idrotten** Det finns en dopinglista med flera hundra olika substanser och metoder som är förbjudna. Den som idrottar i en RF-ansluten idrottsförening lyder under idrottens dopingregler. Här betraktas många vanliga läkemedel som doping om de innehåller substanser som finns på dopinglistan (medicinsk dispens kan sökas).

➔ **I samhället** I svensk lag regleras dopningsbrott i dopningslagen. I lagen handlar det endast om anabola androgena steroider (AAS), testosteron och tillväxthormon. Dessa får varken införas, överlätas, framställas, förvärfvas i överlåtelsesyfte, bjudas ut till försäljning, innehas eller brukas.

man tränar på och det som ska utlösa belöningen.

– Vi har lagt till preparat efter hand. De preparat som vi officiellt talar om att Molly hittar är steroider, testosteron och dess derivat. Självklart hittar Molly fler preparat men vilka det är håller vi för oss själva för att försvåra för de som fuskar.

Molly söker av väskor, skåp och träningsanläggningar för att hjälpa till att bättre välja ut vilka anläggningar eller personer som ska testas. Det är Michael och Joanna Sjöo och

Antidoping Sveriges utredningsenhet som bestämmer vilka som får besök. På dopingtips.se kan man lämna tips anonymt.

– Där det finns en känd problematik försöker vi vara lite mer. Alla föreningar som är anslutna till RF kan få besök av Molly. Många idrottare och idrottsförbund är mycket positiva och glada när vi dyker upp, säger Joanna Sjöo.

När Molly markerar vad händer då?

– Vi är ingen myndighet, vi kan inte tvinga någon att öppna en väska, men

vi är noga med att när Molly markerar, då kallar vi till dopingkontroll på plats. Vi försöker vara så diskreta som möjligt så vi inte chikanerar någon. Molly är en otroligt smidig hund.

Molly söker i dag inte direkt på människor av integritetsskäl. Hon skulle kunna visa att en människa har något på eller i sig, men bara Joanna och Michael skulle se det, ingen annan.

– Har hon västen på sig och vet att vi har bollen, då förstår Molly att arbete är på gång. Då går hennes ►

En kvart för att söka och sedan vila. Att se till att Molly får tillräckligt med vila är Michael och Joanna Sjöös ansvar. En sökhund måste kunna behålla fokus och söka utan att ge upp. Bra raser är springer spaniel, forster och labrador.





I dag jobbar Molly, Joanna och Michael Sjöo på Antidoping Sveriges uppdrag inom idrotten. I framtiden kan det bli ändring och uppdraget utvidgas.

FAKTA 100% Ren Hårdträning

- ➔ **100% Ren Hårdträning** vill minska användningen av och tillgången på anabola androgena steroider och andra dopningspreparat bland dem som tränar.
- ➔ **Träningsanläggningar som deltar** ska utveckla ett långsiktigt förebyggande arbete i samverkan med polisen, Riksidrottsförbundet, länsstyrelsen, aktuell kommun och region.
- ➔ **Mer info finns** på renhardtraning.com

nos i gång oavsett, säger Michael Sjöo.

Molly är i dag åtta år, vid tio års ålder går hon i pension.

– Men ser vi att hon har leklusten och byteslusten kvar då kan hon jobba längre, säger Joanna Sjöo.

OM ANTIDOPING SVERIGE vill hitta en efterträdare till Molly måste den processen starta snart.

Det är skillnad på doping inom idrotten och samhällsdoping. Tävlingsidrotten har hårdare dopningregler men det är olagligt för alla både att bruka och inneha steroider, testosteron och dess derivat.

Den enda gymkedjan där det idag görs tester av Antidoping Sverige är Friskis & Svettis. Michael och Joanna Sjöo tycker det kan vara bra att veta till exempel för föräldrar. Många andra gym är certifierade via det som kallas **100 % Ren Hårdträning**, och samarbetar med polisen.

Friskis & Svettis är en stor organisation; innan pandemin hade man en halv miljon medlemmar.

– I Tyresö tränar tio procent av invånarna hos oss, både motionärer och elit. Vi vill ta ansvar och ta ställning, säger verksamhetschefen **Stina Eklund Olofsson**, som är stolt över sin förening.

Många tror att Friskis främst är gruppträning men mer än hälften av inpasseringarna sker till gymmen.

– I början såg RF och Antidoping Sverige lite snett på oss när vi drog upp statistiken, och man sa att folk dopar sig på gymmen. Men med det som händer i samhället kan vi vara med som en aktör när vi genomför och betalar för tester. Vanliga människor tränar hos oss, några av dem begår brott, säger Stina Eklund Olofsson.

Hon ser fitnessdoping som ett växande problem i samhället, och ett växande problem i gymmiljön.

– Det finns en kroppsfixering och man har inte tid att vänta på resultat. Då kan man ta hjälp av det som är olagligt, säger Stina Eklund Olofsson.

När Molly kommer och gör sina sök ger det större effekt än om några plockas ut för att ta ett prov.

– Det blir väldigt mycket snackisar, oj är det en hund här, varför då?

” Kan vi få personer att sluta i ett tidigt skede kan vi före- bygga våld i nära relation.

Det väcker frågor hos personer som har tagit något eller funderat på att ta något.

När polisen gjorde en stor insats i april och besökte mer än 25 gym och träningsanläggningar i Stockholm var Molly med på ett Friskis & Svettis gym.

Resultatet av insatsen blev 21 personer misstänkta för dopningsbrott och mer än 15 000 beslagtagna enheter dopningspreparat.

POLISEN ARBETAR ENLIGT dopningslagen, de kan gå in var som helst; vid brottsmisstanke kan de testa och göra husrannsakan.

– Vi uppskattar de gym som samarbetar med oss, de gör ett jätteviktigt jobb, vi hoppas att de ska bli fler.

Eftersom Molly inte är en polishund omfattas hon inte av våra regelverk, men det vore bra om hon kunde söka på fler gym, säger **Felicia Alonzo**, t.f. kommunpolis på lokalpolisområde Globen/Stockholm.

Johan Ekström, polisinspektör på spaningssektion 1 Storgöteborg och ansvarig för dopningsfrågor var också med vid insatsen i Stockholm och vill att polisen ska arbeta aktivt mot dopningsbrott i sin vardag. 500 poliser har utbildats de senaste 1,5 åren och under hösten har turen kommit till förundersökningsledare.

– Det har en otrolig effekt att bara gå in civilklädd eller uniformerad. Vi kan ställa oss mitt i ett gym och så iakttar vi. De som blir nervösa och stressade tar på sig en tröja för att dölja en muskulatur som inte är naturlig, eller så packar de ihop och går hem. När vi kommer dag två brukar personalen reagera på att 30 procent är borta, de som annars är där varje dag, säger Johan Ekström.

Anledningen att polisen nu prioriterar dopning är att det hänger ihop med flera andra brott, till exempel våld i nära relation.

– Kan vi få personer att sluta i ett tidigt skede kan vi förebygga våld i nära relation. Det är svårt att

statistiksätta, men polisiärt sett är kopplingen glasklar. Vi har ökat våra utbildningsinsatser här.

Också våld i offentlig miljö har en koppling till dopning.

– Man tar amfetamin för att orka träna, cannabis för att varva ner och i kombination med alkohol kan det leda till oprovocerat våld i krogköer till exempel, säger Johan Ekström.

Dopningspreparat är också en inkomstkälla för grov organiserad brottslighet.

– Vi kan se att grovt kriminella som sålt narkotika nu även säljer steroider. Personer som köper, betalar för en hel kur, pengar som direkt kan användas för att köpa narkotika och vapen. Kan vi slå bort inkomsten för kriminella kan vi jobba brottsförebyggande.

Johan Ekström tar upp det här i sina föreläsningar för att motivera poliserna att jobba på gymmen.

– Jag vill få dem att gå in ett par gånger i veckan, iakta som grund för en skälig misstanke och sedan göra kroppsbesiktning. ◀

LÄS MER

➔ **ALKOHOL & NARKOTIKAS TEMA-**
NUMMER OM DOPNING *Alkohol & Narkotika nr 2 (2020)*

HUNDINSTUKTÖREN: »RISK FÖR OSERIÖS MARKNAD«

Det är ganska lätt för en sökhund att lära in en doftbild, men att lära sig noggrannhet och undvika felbeteenden är mycket svårare.

– **Jag är rädd** för en oseriös marknad. Folk tar på sig sånt de inte kan, jag tycker att man måste ha kvalitetsstämpel för sökhundar, säger **Thomas Hallkvist**.

Han gick i pension 2017 efter 40 år på Tullverket bland annat som hundförare, lärare och instruktör. Det är Thomas som utbildat Molly, Michael och Joanna Sjöö. Många som erbjuder söktjänster i dag har inte hundar som är utbildade på riktiga preparat.

– Det är på gränsen till oseriöst. Det är företag som vill



tjäna pengar som söker till exempel på skolor som oroar sig för narkotika bland eleverna.

Risken finns att oskyldiga pekats ut anser Thomas Hallkvist.

När det är brist på sökhundar, är det den som betalar bäst som får de hundar som finns.

– Det är jättesvårt att få fatt på hundar och det gör att priserna ökat explosionsartat, en hund kan kosta 50 000–75 000 kronor.

Att utbilda hund och förare kostar sedan ungefär 300 000.

– Cheferna tycker det är mycket, det är synd. Många far illa av dopningspreparat, en hund som Molly har en väldigt preventiv verkan. ◀

KG

NY STUDIE:

Unga i fattiga områden diskrimineras genom drogtestar

Allt fler drogtestas av polisen vid misstanke om ringa narkotikabrott. Men när testerna blivit fler har allt större andel gett negativa resultat. Risken för en 15–20-åring att bli misstänkt för ringa narkotikabrott är nästan 80 procent högre i de mest socialt utsatta områdena.

TEXT JULIUS VON WRIGHT / FOTO ANNA FREDRIKSSON

FÖLJDEN AV ATT polisen började drogtesta allt fler under 2000-talet blev att en allt större andel av testerna visade sig vara negativa. För ungdomar i åldern 15 till 20 år som bor i områden med låg socioekonomisk status ökade risken mer än för unga från mer välbärgade områden, visar en artikel som kommer att publiceras i i British Journal of Criminology.

– På 2000-talet när man börjar testa mer och fler yngre individer får vi ett mönster där man genomför fler tester i alla grupper, men sannolikheten för ett negativt testresultat är större hos ungdomar som bor i ett socialt utsatt område eller har föräldrar med mindre ekonomiska resurser, säger **Felipe Estrada**, kriminolog och forskare vid Stockholms universitet och en av författarna bakom artikeln. Han fortsätter:

– Det är en tydlig varningsklocka att den här kontrollen som görs faller ut på ett sätt som pekar ut en grupp framför andra trots att man inte gjort sig skyldig till något brott. Det kan erodera tilliten till samhället.

Till skillnad mot annan brottslighet, som generellt minskat sedan 90-talet, har narkotikabrotten ökat kraftigt. Om det typiska ungdomsbrottet tidigare var stöld är det idag ringa narkotikabrott. Narkotikabrott är ett typiskt exempel på

ett spaningsbrott, som upptäcks och anmäls av polisen. Därför behöver statistiken inte visa den faktiska utvecklingen i samhället, utan speglar snarare polisens prioriteringar.

FÖR ATT AVKRÄVA någon ett drogtest krävs en skälig misstanke och mellan 1998 och 2015 fyrdubblades antalet blod- och urinprov som Rättsmedicinalverket (RMV) analyserade på grund av misstanke om ringa narkotikabrott. När polisen avkrävde färre drogtestar träffade de oftare rätt. På 1990-talet var bara runt tio procent negativa, i dag ligger siffran på 20–25 procent.

Enligt Brottsförebyggande rådet beror utvecklingen på att allt yngre personer testas allt oftare. Andelen negativa tester ökar ju yngre åldersgruppen är. I gruppen 14-åringar och yngre är träffsäkerheten bara runt 50 procent, enligt siffror från RMV som Alkohol & Narkotika har begärt ut.

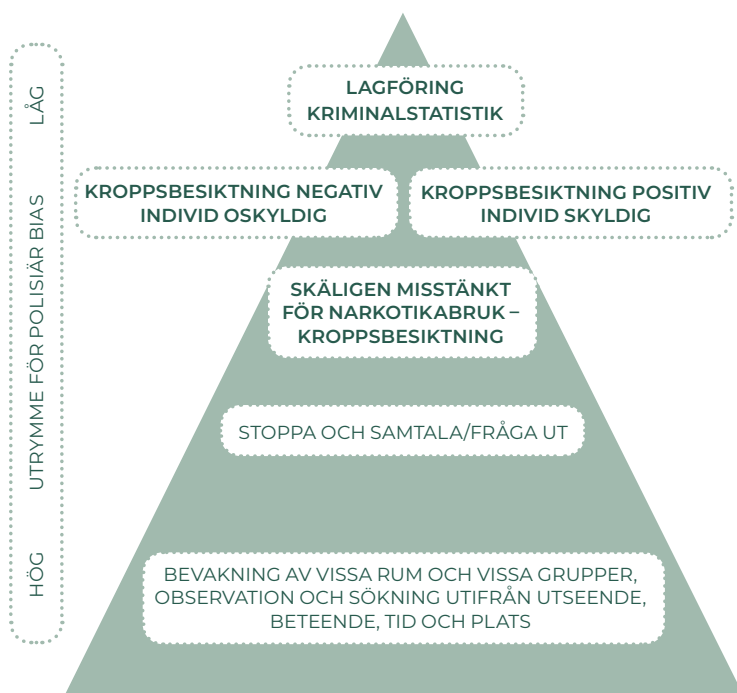
Risken för en 15–20-åring att bli misstänkt för ringa narkotikabrott är dubbelt så stor för den som har föräldrar med låg inkomst. För unga som bor i socialt utsatta områden är risken nästan 80 procent högre och för unga med icke-västerländsk bakgrund 85 procent högre, enligt Felipe Estrada.

Är det ett tecken på beteendeförändring hos dem som misstänks eller en diskriminerande praktik inom rättsväsendet?

”
Det är
en tydlig
varnings-
klocka.



»Vill polisen drogtesta fler måste man vara medveten om att ännu fler blir felaktigt misstänkta. Vilket kan leda till minskad tillit«, säger Felipe Estrada.



Utrymmet för bias (partiskhet) vid olika polisiära praktiker i samband med kontroll av ringa narkotikabrott. Fetmarkerad text anger studiens tillgång till data.

– Det finns ett mått av diskriminerande utfall som man bör förhålla sig till. Det är en praktik som inte beror på brottsbelastning utan på var de unga personerna bor och var de rör sig, säger Felipe Estrada.

Kvinnor testas i betydligt mindre utsträckning än män och polisen har i sin metodbok för arbetet på öppna drogscener betonat vikten av att uppmärksamma kvinnor som rör sig i sammanhang där narkotika förekommer. Det kan betyda ännu fler drogtester.

Enligt Felipe Estrada måste polisen vara medveten om att en ytterligare ökning av drogtesterna kommer att leda till att ännu blir felaktigt misstänkta.

– Vill de testa fler så kommer ännu fler att testa negativt. Man behöver inse att det är ett stort ingrepp att göra ett test och det kan medföra minskad tillit. ◀

LÄS MER

➔ **BIASED ENFORCEMENT EXPANSION? SOCIO-DEMOGRAPHIC DIFFERENCES IN POLICE DRUG TESTING FOR SUSPECTED NARCOTICS USE 1993–2015** Estrada, F., Backman, O. & Nilsson, A. · *British Journal of Criminology* (kommande publicering)

➔ **PROVTAGNING VID MISSTANKE OM RINGA NARKOTIKABROTT – EN UNDERSÖKNING AV ANALYSRESULTAT 1998–2015** Brå

ALKOHOL- RELATERADE DÖDSFALL ÖKAR BLAND ÄLDRE

Äldre dricker mer än tidigare generationer. Men kroppen tål alkohol sämre med stigande ålder. Samtidigt uppmärksammas kopplingen mellan alkohol och cancer alltmer. Nu efterlyser forskare nya gränser för riskbruk.

TEXT ANNA FREDRIKSSON

/ ILLUSTRATION MIA FERNAU



ALKOHOLKONSUMTIONEN ÖKAR I gruppen äldre över 65, medan den i alla andra åldersgrupper minskar.

– Det är otur, för de som tål alkohol allra sämst är de äldsta. Efter 65 ökar risken, säger **Sven Andréasson**, professor i socialmedicin och överläkare på Beroendecentrum i Stockholm.



Foto: Mattias Ahlm

Sven Andréasson är professor i socialmedicin och överläkare på Beroendecentrum i Stockholm.

I Socialstyrelsens dödsorsaksstatistik kan man se att alkoholrelaterade dödsfall minskar i alla andra grupper, men i gruppen 65 plus syns en kraftig ökning av dödsorsaker som leverskador och alkoholförgiftning.

En jämförelse av 75-åringars förändrade alkoholkonsumtion mellan 1977 och 2006 visade att andelen kvinnor med riskbruk ökade från en till tio procent. Andelen män med riskbruk ökade under samma period från 19 till 27 procent.

Framför allt är den ökande konsumtionen en ekonomifråga, menar Sven Andréasson.

– Pensionärer som grupp har fått bättre ekonomi jämfört med tidigare generationer. De reser mer, något som också kan kopplas till ökat drickande. Att pensionärer som åker till Mallorca dricker alkohol varje dag och dessutom ganska mycket, det vet vi från fallstudier.

Attityderna har förändrats. I dag är det okej att dricka när som helst, tidigare ansågs det uteslutet att dricka på vardagar. Men det finns mer negativa förklaringar också.

– Folk förlorar partners och vänner och det finns en ökad psykisk ohälsa ju äldre man blir.

KROPPEN FÖRÄNDRAS MED stigande ålder.

Muskelmassan minskar och eftersom det är där kroppsvattnet finns blir vi torrare, något som innebär att samma mängd alkohol ger en högre promillehalt och därmed också fler giftiga nedbrytningsprodukter. Det blir en kraftigare ►



effekt av det man dricker. Organ som hjärnan och levern blir också känsligare.

En annan faktor är läkemedel. I genomsnitt har en pensionär fem-sex läkemedel.

– Det är ett känt problem att ju fler läkemedel desto fler biverkningar. Det blir mer interaktioner mellan läkemedlen och om man sedan håller alkohol på det då får man en osäker situation, säger Sven Andréasson.

Varje gång en läkare skriver ut medicin bör frågan ställas till patienten om alkoholvanor, menar han.

– Alkohol är bland de vanligaste orsakerna till höjt blodtryck bland män. Om man ordinerar blodtryckssänkande är det oproffsig att inte undersöka den saken. Men frågan ska ställas till alla.

Har vården blivit bättre på att fråga?

– Lite, men inte så att man kan vara nöjd. Alkohol är den levnadsvana som är jobbigast att fråga om. Jämfört med att fråga om rökning, matvanor och träning så upplevs det som jobbigare att fråga om alkohol.

Personalen känner inte att de har kompetens på det här området och då ställs frågorna mer sällan.

– Rent farmakologiskt är alkohol en så aktiv substans att det kan påverka all sjuklighet, det tränger in i alla organ och in i alla vävnader.

EN NY STOR brittisk studie visar att färre antal glas per vecka än man tidigare trott ökar risken för skador på hjärnan. Vid ungefär 4,5 svenska standardglas, (12 gram alkohol per glas) ökade järnnivån i hjärnan, särskilt i de områden som har att göra med inlärning, minne, motorik, ögonrörelse och känslor. I minnes- och motorik-testerna kunde forskarna se att förhöjda järnnivåer gav sämre resultat.

Efter rökning, är alkohol den näst största riskfaktorn för cancer. Det här, i kombination med ökad skepsis till nyttan med lite alkohol för hjärt-kärlsjukdomar, har lett till sänkta riktlinjer i andra länder som Australien och Storbritannien. Men i Sverige finns inga officiella riktlinjer för riskkonsumtionsnivåer.

– När Socialstyrelsen skriver om det här talar man om 14 standardglas per vecka för män och nio för kvinnor, oavsett ålder. Men detta bygger på förlegad forskning. I en forskargrupp i Stockholm konstaterade vi att det aktuella kunskapsläget talar för lägre gränser för män. Vi satte då gränsen vid nio glas i veckan för både män och kvinnor, säger Sven Andréasson.

»Myndigheten tittar nu på förutsättningarna för att starta en översyn av de nationella riktlinjerna för prevention och behandling av ohälsosamma levnadsvanor där denna fråga finns med.



Ann Carlsson Meyer är vd för Systembolaget.

I dagsläget kan vi tyvärr inte säga mer än så», meddelar Socialstyrelsens presstjänst i mejl till Alkohol & Narkotika.

Samtidigt noterade forskarna också att äldre var känsligare för alkohol och att detta motiverade lägre gränser för denna grupp. Finland och Italien har specifika riktlinjer för äldre som innebär sju glas i veckan och max två glas vid samma tillfälle.

LÄGET ÄR INTE helt enkelt när det gäller pedagogiken. Begreppet »riskbruk« kan tolkas som att det är riskfritt att dricka under en viss gräns. Men ingen alkoholkonsumtion är helt riskfri. Därför är det bättre att tala om lågriskkonsumtion om man dricker under nio glas per vecka, menar Sven Andréasson.

Ytterligare en effekt är att hjärnan krymper även vid en låg konsumtion vilket innebär att hjärnans åldrande påskyndas, med försämring av kognitiva funktioner.

– Det finns flera studier som påvisar måttlig kognitiv försämring från låg konsumtion, ju mer man dricker desto större är den effekten.

I Almedalen höll Systembolaget ett seminarium med rubriken *Varför vet så få att alkohol orsakar cancer?* Den siffra som finns belagd är cirka 1 000 dödsfall i cancer per år på grund av effekter av alkohol. Vd **Ann Carlsson Meyer** uteslöt där inte att det kan bli aktuellt med information i Systembolagets butiker.

– Sverige är det land i EU där medborgarna har lägst kunskaper om den här kopplingen och sambandet är inte ens känt bland vårdpersonal, säger Sven Andréasson.

Han ser det här som en bildningsfråga, men saknar policys hos myndigheterna.



” Sverige är det land i EU där medborgarna har lägst kunskaper om den här kopplingen och sambandet är inte ens känt bland vårdpersonal.

10 %

75-åriga kvinnor med riskbruk ökade från en till tio procent mellan 1977 och 2006. Andelen 75-åriga män med riskbruk ökade under samma period från 19 till 27 procent.

Källa: Alkohol och äldre, 2019

– Folkhälsomyndigheten skulle kunna vara nationell myndighet för förebyggande arbete, men det är de inte. Det är väldigt valhant över lag. Hur ska kommuner, regioner och vårdföretag hantera alkohol bland personer på särskilda boenden och i hemtjänsten?

Det finns inte något regelmässigt inslag när man utbildar vårdpersonal eller biståndshandläggare. En del kommuner tycker det är okej att vårdbiträden köper ut, andra säger tvärt nej. Sven Andréasson anser att alkoholfrågan hamnat i radiokugga de senaste 10–20 åren.

– Alkohol diskuteras mindre i socialutskottet, i riksdagen och hos myndigheter. Man har uppfattat att drickandet har minskat och slagit sig till ro med det. Och det har det, men inte bland äldre. I verkligheten har vi fortfarande 4–5 000 onödiga dödsfall om året till följd av drickande. Här gör regering och riksdag inte tillräckligt. ◀

LÄS MER

➔ ASSOCIATIONS BETWEEN MODERATE ALCOHOL CONSUMPTION, BRAIN IRON, AND COGNITION IN UK BIOBANK PARTICIPANTS: OBSERVATIONAL AND MENDELIAN RANDOMIZATION ANALYSIS

Tapiwala, A., Wang, C., P Ebmeier, K. m.fl. · PLOS medicine (2022)

➔ SJÄLVRAPPORTERADE ALKOHOLVANOR I SVERIGE 2004–2020 Guttormsson, U. · CAN Rapport 204 (2021)

➔ ALKOHOLEN OCH SAMHÄLLET 2019: ALKOHOL OCH ÄLDRE Andréasson, S., Chikritzhs, T., Dangardt, F., Holder, H., Naimi, T., Stockwell, T. · Svenska Läkaresällskapet, Svensk sjuksköterskeförening, CERA & IOGT-NTO (2019)

Bara korta behandlingar på fängelse

Trots skarp kritik har tolvstegsbehandlingarna avvecklats i kriminalvården. Nu erbjuds kortare behandlingar med inriktning på kognitiv beteendeterapi. Många nya intagna och att fler ska kunna få behandling är skälen.

TEXT ELIN ENGSTRÖM / FOTO PER KNUSSON/TT

DET STORMADE ORDENTLIGT förra året när beslutet togs om att lägga ner tolvstegsbehandlingen på anstalt. Fortfa-

rande är kritiken stark. Inte minst inom Kris, Kriminellas Revansch i samhället.

Ali Reunanen är förbundssekreterare och kansliansvarig hos Riks-Kris. Han anser att det var ett riktigt dåligt beslut att lägga ner tolvstegsbehandlingen på anstalterna och ersätta den med kortare program.

– Det är vansinnigt. De här mänskorna behöver inte fler misslyckanden, säger han.

Vändpunkten för Ali Reunanen kom när han i den då nystartade tolvstegsbehandlingen på Røxtunaanstalten fick höra drogterapeuter med egna erfarenheter av beroende berätta om sina liv. Han hade då levt 23 år i missbruk med tunga droger, alkohol och lagliga läkemedel.

– Det tar tid att göra de livsstilsförändringar som behövs för att komma bort från kriminalitet och droger och hitta verktyg för det, säger han.

Fram till avvecklingen bedrevs tolvstegsbehandling på fyra av landets 46 anstalter: Gävle, Hinseberg, Skänninge och Österåker. Skänningeanstalten byggdes särskilt med avseende på att behandling där skulle utgå från tolvstegsmetoden, med behandlingsrum och möjlighet till separata avdelningar för de som valde metoden. **Pia van de Meulebrouck** var tidigare nationell samordnare för tolvstegsbehandlingarna i kriminalvården och var med och byggde upp Skänninge.

– Vi fick till stånd fantastiska förändringsprocesser, säger hon.

De nya kortare behandlingar som nu erbjuds ser hon som kejsarens nya kläder.

– Det talas ofta om att insatser ska vara evidensbaserade, men är det något det finns evidens för är det att ju längre insatser varar, desto bättre blir resultaten, säger Pia van de Meulebrouck.

OCKSÅ PÅ GÄVLEANSTALTEN var arbetet med tolvstegsprogrammet väl förankrat i minst ett par decennier. I ett av husen fanns till för ett år

sedan 32 platser vikta för tolvstegsmetoden. Fyra grupper med åtta personer i vardera arbetade under veckorna enligt modellen, tillsammans med de anställda alkohol- och drogterapeuterna.

– Det fungerade väldigt bra, säger **Johan Lené**, som under fem år var ansvarig för tolvstegsbehandlingen på Gävleanstalten.

Programverksamheten var omfattande. Sammanlagt kunde klienterna gå nio månader i behandling.

– Det som är bra med tolvstegsmodellen är att den finns i stor omfattning utanför anstalten. Du hittar tolvstegsrörelsen var du än befinner dig, inte bara i Sverige utan också internationellt, säger Johan Lené.

Avvecklingsbeslutet förklarades med att det skulle bli en mer enhetlig och resurseffektiv programverksamhet.

– En stor del av klienterna sitter på kortare straff. Omställningen handlade

också om att försöka nå fler, säger Johan Lené.

Martin Lardén, chef för Kriminalvårdens behandlingsverksamhet, förklarar beslutet bland annat med den höga inströmningen av nya klienter till fängelserna. På bara några år har antalet intagna ökat från 4 000 till 5 000, och beläggningen är idag genarellt 110 procent.

– Tillgängligheten för behandling ska öka, säger Martin Lardén.

Målgruppen har delvis förändrats, då allt fler yngre med allvarlig kriminalitet döms till fängelse.

I BESLUTET INGICK att ingen intagen skulle behöva avbryta pågående behandling. Omställningen har skett successivt under det senaste året och idag är alla tolvstegsbehandlingar ersatta av andra program, som Krimfokus eller Våga välja.

– De behandlare som gått utbildning-



Ali Reunanen
är förbunds-
sekreterare och
kansliansvarig
hos Riks-Kris.



Johan Lené
var ansvarig för
tolvstegsbehand-
lingen på Gävle-
anstalten.

Foto: Joakim Berndes

arna har varit förvånansvärt positiva och nöjda, säger Martin Lardén.

En intervjustudie har genomförts med ett mindre urval klienter, 15 personer, som kan ge en hum om hur de nya programmen fungerar. Den visade att de flesta är nöjda medan några tycker att det går lite för fort fram. Men Martin Lardén tycker inte att det riktigt går att jämföra nuläget med hur det varit tidigare, före pandemin och före den stora ökningen av antalet klienter.

– Situationen i fängelserna idag är en utmaning. Det som är bra är att vi slussar ut fler till behandlingshem.

Ungefär 70 procent av de intagna i fängelserna har en problematisk drog-användning eller ett beroende. Möjlighet finns att slussa ut till något av de 21 behandlingshem som arbetar med modellen.

På kvinnoanstalten Hinseberg kan intagna ha kontakt med sin sponsor via telefon och på så sätt arbeta vidare med sina steg i programmet.

ATT JUST TOLVSTEGSMODELLEN togs bort från anstalterna trots att den har så goda resultat och även rekommenderas i Socialstyrelsens nationella riktlinjer för behandling vid missbruk och beroende förklarar Martin Lardén med att den »tar lång tid« och är »rätt så krävande«.

– Det är inte heller alla klienter som vill ha tolvstegsprogrammet, säger han.

Men att det också behövs kortare behandlingsmetoder står inte i motsättning till tolvstegsmodellen, menar Pia van de Meulebrouck.

– De som har kortare straff kan få kortare behandling och de med långa straff längre behandlingar. Det finns de som sitter på livstid och som också borde kunna få tolvstegsbehandling. ◀



De här människorna behöver inte fler misslyckanden.

FAKTA Tolvstegsmetoden

- ➔ **Tolvstegsmetoden som behandlingsform** bygger på Minnesotamodellen och är en professionalisering av 12-stegsprogrammet som introducerades i Sverige i början på 1980-talet. Det är ett självhjälpsprogram skapat av Anonyma Alkoholister, AA, i mitten av 1930-talet. Det finns program för anonyma narkomaner, NA, och grupper för anhöriga och vänner, Al-Anon. Beroende ses som något man har hela livet och programmet har också en andlig grund.
- ➔ **Tolvstegsbehandling vid missbruk** eller beroende av alkohol, centralstimulerande preparat eller opiater finns i Socialstyrelsens nationella riktlinjer.
- ➔ **SBU, Statens beredning** för medicinsk och social utvärdering har granskat och kommenterat en systematisk översikt från brittiska Cochrane som visar att tolvstegsbehandling har god effekt vid skadligt bruk eller beroende av alkohol. Effekten uppnås till stor del genom att främja ökat deltagande i Anonyma Alkoholister (AA) under och efter avslutad tolvstegsbehandling.

Allt fler länder går mot legalisering

Att odla och använda cannabis blir lagligt i allt fler EU-länder. Efter att Malta legaliserat och Luxemburgs regering presenterat ett lagförslag, pågår diskussionerna nu i Tyskland och Italien. Detta samtidigt som EU:s senaste narkotikarapport visar att cannabis är det som flest personer med narkotikamissbruk anger som sin huvuddrog. **TEXT KRISTINA WALLIN / FOTO MATTEO NARDONE/PACIFIC PRESS/SIPA USA**

Över en halv miljon namnunderskrifter har samlats in i Italien för att få till stånd en folkomröstning om legalisering av cannabis. Bilden är från en demonstration i Rom 2021.



ETT AV DE områden där EU inte följer en gemensam linje är drogpolitiken. Medan det i Sverige är olagligt att bruka cannabis, är det på Malta helt lagligt att själv odla och använda drogen, bara man är myndig. I Luxemburg finns också ett lagförslag om att tillåta egen odling. I Spanien får man använda cannabis och inget händer om man säljer små mängder. I flera länder är det lagligt att använda och ha på sig mindre mängder cannabis.

Nu när EU-kommissionen vill att kampen mot droger blir effektivare, frågar vi chefen för EU:s drogbyrå, EMCDDA (European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction), hur det kan gå ihop med att varje stat gör på sitt eget sätt.

– Jag ser inget motsägelsefullt i detta, eftersom varje land har specifika förutsättningar och behöver unika lösningar. Det vi kan göra bäst är att samordna kampen mot drogerna och kontrollera situationen, till exempel genom att uppdatera information om nya substanser och snabbt få ut detta till medlemsstaterna, förklarar **Alexis Goosdeel**.

När det gäller legaliseringen av cannabis och hur det påverkar användandet, främst bland unga, anser han att det ännu inte finns några säkra data.

– Vi kommer att följa upp utvecklingen i Malta och Luxemburg och det kommer att bli intressant att se vad som händer. Det jag vet alldeles säkert är att dessa stater inte legaliserat för att de vill öka konsumtionen av cannabis, men för att minska hälsoriskerna. Tanken är att man får större kontroll om man odlar själv, i stället för att köpa på svarta marknaden, där det ofta blandas upp med andra substanser, konstaterar han.

NÄR DET GÄLLER risken att legaliseringen ger ungdomar signaler om att det är ok att använda cannabis, anser Alexis Goosdeel att den kan finnas, men att det är svårt att veta. **Joakim Strandberg**, som är chef för Folkhälsomyndighetens enhet för Drogprevention, håller med om att det inte finns några säkra uppgifter.

– Däremot visar enkätundersökningar att fler ungdomar, jämfört med tidigare, anser att cannabis inte är farligt, berättar han.

Vilken effekt legaliseringstrenden, och en eventuell legalisering i närliggande Tyskland, kan få på cannabisanvändningen i Sverige, anser Joakim Strandberg inte att det går att svara på.

– Det kan så klart få effekt på tillgängligheten och trender i droganvändning. Våra undersökningar visar ingen tydlig ökning av användandet av cannabis de senaste åren inom några åldersgrupper, men vi är medvetna om att det är svårt att få reella siffror, då det är en utmaning att få personer som användare att lita på anonymiteten

i undersökningarna, konstaterar han.

Det förebyggande arbetet bland ungdomar fungerar, enligt Joakim Strandberg.

– Det kan ha haft effekt med tanke på att vi inte sett någon ökning av cannabisbruket, men vi har heller inte sett någon minskning. Det kan däremot behövas ökade insatser om cannabis, både med information och med att se till att de förebyggande metoder och arbetssätt som används är effektiva. Dessutom finns det alltid utrymme för att bli bättre eller hitta nya sätt att nå ut till olika målgrupper, säger han.

Även Alexis Goosdeel anser att det behövs mer kreativitet.

– När vi tittar på vilka sätt som fungerar kan vi inte bara mäta hur många som slutar med droger, eller inte börjar använda. Det viktiga är hur många vi når ut till, och hur mycket de litar på det vi säger. Det lägger en bra, förebyggande grund inför framtiden, hävdar han och fortsätter:

– Vi måste ge unga människor någonstans där de kan prata om sina erfarenheter runt droger, och vi har sett att internet ger bra möjligheter. Det är något vi måste utveckla, eftersom dialogen med ungdomarna är basen för vårt arbete.

EMCDDA:S SENASTE NARKOTIKARAPPORT

visar att cannabis är den vanligaste orsaken till att personer med narkotikaproblem söker hjälp inom EU. En sjättedel av unionens medborgare mellan 15 och 34 år har använt cannabis under 2021. En tiondel av unga under 24 år har använt cannabis den senaste månaden. Under pandemin har Spanien blivit det viktigaste landet för cannabisimport inom EU.

I rapporten konstateras att drogbruket förblir högt inom EU, trots att pandemin minskat rörelsefriheten. Över 83 miljoner medborgare mellan 14 och 65 år, nästan en tredjedel av invånarna i gruppen, har någon gång använt sig av någon typ av olaglig drog, knappt 10 procent de senaste tolv månaderna. Flertalet som använder narkotika använder mer än en typ av droger.

– Eftersom antalet heroinmissbrukare som syns på gatorna har minskat drastiskt, tror människor ofta att drogproblemet är betydligt mindre än förut, något som alltså är en falsk bild av verkligheten. Vi har aldrig haft så mycket och så många olika droger, konstaterar Alexis Goosdeel.

Han tar upp tre E: Everywhere, Everything, Everyone (överallt, allting, alla). Enligt honom kommer i princip alla överallt i kontakt med droger någon gång i dag.

– Vi hittar en ny drog varje vecka. En del av vårt nya uppdrag blir att snabbt få ut denna information till medlemsstaterna, säger han.

Tidigare var Ukraina en av de viktigaste vägarna till EU från Asien, i dag har införseln ►



Alexis Goosdeel
är chef för EU:s
drogbyrå,
EMCDDA.

5500

svenskar deltog när Sverige 2021 för första gången var med i EMCDDA:s webbundersökning om narkotika. Totalt deltog 50 000 personer som använder narkotika i 30 länder.



Joakim Strandberg är chef för Folkhälsomyndighetens enhet för Drogprevention.

flyttat till Turkiet och Grekland.

– Kriget har också en annan, mycket allvarlig effekt. Många i Ukraina vårdas för sitt missbruk, eller för hiv-infektioner, och de behandlingarna har i många fall upphört. Vi vet till exempel att det inte ges något metadon i de ockuperade områdena, säger Alexis Goosdeel.

Han konstaterar att grannstaterna som tagit hand om flyktingar har varit duktiga på att fånga upp dessa människor.

– Jag är imponerad av deras arbete, men samtidigt vet vi att många andra inte längre får någon vård. ◀

LÄS MER

➔➔ **EUROPEISK NARKOTIKARAPPORT – TRENDER OCH UTVECKLING** Europeiska centrumet för kontroll av narkotika och narkotikamissbruk, EMCDDA (2022)

➔➔ **UNGAS RISKUPPFATTNING OCH BRUK – HÄNGER DET IHOP? SUBSTANSANVÄNDNING OCH RISKUPPFATTNING BLAND SKOLUNGDOMAR I DE SVENSKA ESPAD UNDERSÖKNINGARNA 1995–2019** Englund, A., & Svensson, J. • CAN Fokus-rapport 6 (2020)

CBD – OFARLIGT HÄLSOPREPARAT ELLER BLUFFLÄKEMEDEL?

De senaste åren har det cannabisrelaterade ämnet CBD hajpats som mirakelmedel. Forskning visar dock att effekterna ofta är försumbara och försäljning är strikt reglerad i Sverige.

TEXT KAROLINA BERGSTRÖM

CANNABIDIOL ELLER CBD är en molekyl utvunnen ur cannabisplantan, som till skillnad från det aktiva ämnet tetrahydrocannabinol/THC inte ger något rus. I slutet av 90-talet upptäckte amerikanska forskare att CBD kunde ha medicinska effekter som att lindra epilepsi, och sedan dess har den globala industrin växt lavinartat.

I USA och Storbritannien finns allt från kaffe och glassar med CBD till tuggleksaker för ängsliga hundar, och en rad utsagor om hur CBD-olja ska ha hjälpt mot allt från mensvärk till acne. Enligt marknadsföringen är CBD lugnande.

– Det finns inga placebokontrollerade studier som styrker dessa effekter. En ny studie, där försökspersoner fick en relativt hög dos och sedan fick skriva ett prov, kunde inte påvisa ångstdämpande effekter starkare än ett sockerpiller, säger **Amir Englund**, som forskar om cannabis vid Kings College London.

CBD kan lindra epilepsi hos barn, och i dag är Epidiolex ett av två tillåtna läkemedel med cannabidiol i Sverige. Även hudvårdsprodukter med CBD får säljas, men sedan är det stopp.

För två år sedan förbjöd Läkemedelsverket två svenska bolag att sälja egenproducerad CBD-olja, och i dag finns ett tjugotal liknande förbud där man enligt Läkemedelsverket antytt medicinska

egenskaper. I ett fall fördes påstådda egenskaper fram i varumärkets egen podcast vilket ledde till ett försäljningsförbud.

Martin Burman, utredare vid Läkemedelsverket, betonar att lagstiftningen ska skydda konsumenter.

– De ska inte själva behöva lista ut om något funkar eller inte. Det finns en utbredd föreställning hos konsumenter av de här produkterna om att CBD har vissa egenskaper, men läkemedel måste utvärderas och godkännas innan de får säljas, säger Martin Burman.

Förtärliga CBD-produkter som säljs utan anspelning på medicinska egenskaper faller under Livsmedelsverkets regler. Men CBD räknas som ett så kallat nytt livsmedel och är ännu inte godkänt inom EU. CBD-olja som innehåller spår av THC faller under narkotikalagstiftningen och är olagligt.

SAMTIDIGT ÄR CBD-PRODUKTER med en THC-halt på upp till 0,2 procent tillåtna i de flesta andra EU-länder. Men **Fred Nyberg**, professor emeritus i biologisk beroendeforskning vid Uppsala universitet, tror inte att vi kommer att se detta i Sverige.

– CBD-produkter kommer i framtiden säkert att kunna användas för fler diagnoser, men jag gissar att det kommer att krävas att de är THC-fria, säger Fred Nyberg.

Amir Englund tycker att förbudet mot försäljning av CBD-olja är rimligt.

– I dag har CBD en extremt stor hajp kring sig, där det går att läsa på sociala medier hur bra det är för dittan och dattan. Men även ganska låga halter av cannabidiol påverkar leverns förmåga att bryta ner läkemedel, vilket kan göra att du får i dig högre halter av din medicin eller får fler biverkningar, säger Amir Englund.

Han tror dock inte att marknadsföringen av CBD bidrar till att normalisera även cannabis.

– CBD är något helt annat än cannabis och säljs av helt andra anledningar. Jag ser inte hur en legalisering av CBD skulle kunna bli en inkörsport till cannabisbruk. ◀



»Vanligt att andras drickande ger problem«

En av fyra har varit med om gräl, kränkningar eller fysiska skador som en följd av andras drickande. Viktiga argument för en restriktiv alkoholpolitik, skriver **Erica Sundin**, utredare med forskningskompetens.

MAJORITETEN AV VUXNA dricker samtidigt som alkoholkonsumtion kan orsaka problem och lidande för familj, vänner, kollegor och även för helt okända personer. Negativa konsekvenser till följd av någon annans alkoholkonsumtion har under de senaste två årtiondena utvecklats till ett eget forskningsfält. Forskning som är viktig ur ett folkhälsoperspektiv då den bidrar till en mer heltäckande bild av effekterna av alkohol i samhället.

I avhandlingen *Harm from others' drinking: reported negative experiences and predictors in general population surveys* har jag undersökt några områden där andras drickande orsakar problem, grundat på frågeundersökningar bland vuxna i Sverige och 18 andra europeiska länder. Resultaten baseras på svar på frågor om upplevda konsekvenser det senaste året.

Där framkommer att ungefär en av fyra, 25 procent, i de europeiska länderna uppgav att de upplevt alkoholrelaterat aggressivt beteende från andra, som till exempel gräl, kränkningar och fysiska skador. I Sverige var det mindre vanligt jämfört med det europeiska genomsnittet. Ungefär 17 procent av männen och 21 procent av kvinnorna hade upplevt det här. I den svenska studien uppgav också mellan en och fem procent att de påverkats »mycket negativt« till följd av någon annans drickande. Det finns få tidigare

studier som undersöker detta över tid, så kallade longitudinella studier och avhandlingen bidrar med ny kunskap om att det är vanligt med återkommande problem över en ettårsperiod.

Det är vanligare att problem uppstår i nära relationer, som inom familjen, jämfört med i mindre nära relationer. Det finns även faktorer på både individ- och landnivå som spelar roll för risken att utsättas för negativa konsekvenser. Kvinnor upplever oftare än män allvarliga och återkommande problem. Resultatet pekar också på att alkohelpåverkade kvinnor är mer sårbara när det handlar om att utsättas för allvarliga negativa konsekvenser och då i förhållande till personer som de känner. Dessutom påverkar dryckesvanorna på landnivå risken att utsättas för andras alkoholrelaterade aggressiva beteenden. Risken ökar i länder där det är vanligare med berusningsdrickande.

ETT INTRESSANT RESULTAT är att faktorer som visat sig vara viktiga för utsattheten inte verkar vara lika viktiga för att orsaka återkommande problem över en ettårsperiod. Till exempel är det vanligare att yngre och personer som själva dricker mycket har upplevt problem orsakade av andras drickande. Men när återkommande problem över tid studeras blir inte ålder och egna alkoholvanor viktiga faktorer. Det pekar på att de som har problem som kvarstår över tid är en mer heterogen

grupp än vad som framkommit i tvärsnittundersökningar.

Det är troligt att insatser som syftar till att minska alkoholkonsumtionen i samhället också minskar dessa typer av problem. Men det behövs fler studier som studerar effekten av åtgärder och då specifikt tittar på negativa konsekvenser av andras drickande i olika sammanhang. Genom att ta med detta perspektiv i forskning om alkoholpolitiska insatser skapas möjlighet att identifiera andra effekter, och inte enbart de för dem som själva dricker alkohol.

DET ÄR VIKTIGT att studera problem orsakade av andras drickande för att bättre förstå den totala omfattningen av negativa effekter av alkohol i samhället. Att negativa konsekvenser av alkohol sträcker sig längre än till den enskilde individen som dricker, bidrar med argument för restriktiva alkoholpolitiska insatser. Det här är kunskap som beslutsfattare behöver beakta när åtgärder införs som syftar till att minska alkoholrelaterade problem.

/ ERICA SUNDIN
UTREDARE MED
FORSKNINGS-
KOMPETENS PÅ CAN,
CENTRALFÖRBUNDET
FÖR ALKOHOL- OCH
NARKOTIKA-
UPPLYSNING



” De preparat som vi officiellt talar om att Molly hittar är steroider, testosteron och dess derivat. Självklart hittar Molly fler preparat men vilka det är håller vi för oss själva för att försvåra för de som fuskar.

s.18

