

Om fem år er alkoholbehandleren digital

Robotter, der holder motiverende samtaler. Apps, der måler alkoholprocenten i din sved. Det er blot nogle af de værktøjer, alkoholbehandlere i de kommende år kan hive op af kassen, når et menneske får brug for hjælp til at kvitte alkoholen.

De nye teknologier er her allerede, og de tilbyder nogle nye muligheder for at vurdere og behandle mennesker med alkoholproblemer. De giver os mulighed for meget mere præcise informationer om patienterne og for at tilpasse behandlingen til dem, siger Antoni Gual, der er psykiater og leder af afdelingen for afhængighed på Institut for Neurologi på universitetshospitalet i Barcelona.

I Danmark er cirka 10 procent af mennesker med alkoholafhængighed i behandling, og der går i gennemsnit 10 til 12 år, fra problemet opstår, til et menneske søger behandling. Antoni Gual mener,

at nye teknologier kan hjælpe os til at få flere i behandling tidligere.

Sensor måler alkohol i sved

Især giver mobiltelefonen nye muligheder. Vi kender selvhjælps-apps, som hjælper med at registrere alkoholforbrug og nedsætte det. Men næste generation af mobilhjulpet alkoholbehandling er klar til at komme på markedet: Sensorer, som kan måle alkoholkoncentrationen i sved – en metode, der er langt hurtigere og sikrere end urinprøver. Sensorerne kan kobles sammen med mobiltelefonen, der registrerer data i en app, som så sender data videre til

alkoholbehandleren, når ejeren giver samtykke.

– Det er selvfølgelig afgørende, at patienten giver tilladelse til at dele data. Men manglende data vil jo også kunne åbne op for en samtale om, hvorfor han eller hun ikke havde lyst til at dele dem netop dén dag. Det vigtige er, at de data, alkoholbehandlerne får adgang til, bliver brugt etisk forsvarligt og til at hjælpe og motivere dem, der er i behandling, siger Antoni Gual.

Data skal ikke bruges til konflikt

Den spanske psykiater er overbevist om, at alle alkoholbehandlere vil bruge den form for data om fem år. Teknologierne er allerede udviklet og kan fås for under 11.000 kroner. Den store udfordring ligger ifølge Antoni Gual i at bruge informationerne rigtigt.

– Vi må aldrig blive politimænd eller gå tilbage til de konfrontatoriske metoder. I stedet skal vi bruge de nye data-muligheder til engagere patienterne og gøre dem i stand til at hjælpe sig selv. Det kræver, at behandlere har en meget menneskelig tilgang til de nye teknologier og holder fast i deres basale, terapeutiske kompetencer. At data bruges til at motivere og tilpasse behandlingen, siger han.

Fordomsfri robotter

Og så til det store spørgsmål for alkoholbehandlerne derude: Kommer robotterne og overtager deres job? Nok ikke lige med det samme, mener Antoni Gual – selvom resultaterne var nogle af de mest overraskende, han er stødt på i sin forskning af nye teknologier.

– De mennesker, der var blevet behandlet af robotter, vurderede det overvejende positivt. Især fremhævede de, at robotterne hverken afbrød eller dømte dem. Og det syntes jeg da, var tankevækkende, siger han. 🟡



“Vi har haft folk i behandling, vi nok aldrig havde set på misbrugscentret”

Kolding er en af tre kommuner, som har afprøvet en digital behandlingsform til at hjælpe borgere med problematiske alkoholvaner. Og det har været en stor succes, fortæller afdelingsleder Anette Rasmussen.

Det kan være svært at søge hjælp til et alkoholproblem. Måske virker det skræmmende at dukke op på et misbrugscenter. Måske opfatter man ikke sig selv som et menneske med alkoholproblemer. Måske er det svært at finde tiden. Mange barrierer kan stoppe en borger fra at tage det første skridt mod bedring.

Nogle af de barrierer bliver fjernet med den hollandske behandlingsform Blend-A, som blander fysiske møder med digital opgaveløsning og skriftlig feedback. Afdelingsleder Anette Rasmussen siger:

– Vi har haft folk i behandling, vi nok aldrig havde set på misbrugscentret. Inden platformen blev rullet ud, blev der brugt en del tid på at gennemgå, justere og lære den at kende. Og selvom platformen var blevet oversat fra hollandsk til dansk, var der en del sproglige fejl, som skulle rettes til. Derefter loggede behandlerne ind på platformen som borgere for at lære opgaverne at kende, og det viste sig at være en rigtig god ide, fordi det gjorde dem bedre rustet til at give feedback.

Ikke den bedste løsning for alle

En lang men vigtig proces sikrede, at platformen var brugervenlig, så borgerne ikke blev afskrækkede, når de søgte hjælp. Ti borgere har benyttet sig af tilbuddet. Tre har dog valgt at overgå til det ordinære

system, men det ser afdelingsleder Anette Rasmussen ikke som et nederlag.

– De borgere, som besluttede, at det ikke var den rigtige model for dem, har fået en vej ind i huset, som giver dem modet til at springe på den ordinære behandling, siger hun.

Og erfaringen fra Kolding er da også, at tilbuddet ikke er det bedste for alle. Som borger i ordinær behandling kommer man forbi en behandler hver tredje uge, der kan stille spørgsmål, som gør borgerne kloge på sig selv. Den hjælp har man ikke, når man sidder foran computeren.

Derfor kræver den digitale behandling et vist kognitivt funktionsniveau for at kunne reflektere ordentligt over øvelserne.

De personlige møder er stadig vigtige

Men man er selvfølgelig ikke overladt helt til sig selv og sin skærm.

Borgerne kommer til en personlig snak



Læs mere på alkopedia.dk: 'Patienter er tilfredse med video-behandling'

KAREN FIK DEN HJÆLP, HUN HAVDE BRUG FOR

Karen på 73 år har været i behandling med Blend-A.

Hun synes, at det er rart at have kunnet sidde derhjemme i fred og ro med opgaverne, hvor hun kan tænke tingene igennem, og der ikke er noget, som presser hende. Hun vil dog ikke være de personlige møder foruden.

– Der skal være menneskelig kontakt. Det har givet mig større selvværd, og behandleren kan sætte fingeren på nogle ømme punkter i samtalerne. Det er nærmest lidt psykolog-snak, siger hun.

hver 6.-8. uge, og erfaringen fra Kolding er, at de sessioner er vigtige. Det er her, behandlerne kan gå i dybden med emner, som opgaverne måske ikke berører tilstrækkeligt, ligesom det giver behandlerne mulighed for at mærke, om der er noget, borgeren mangler på platformen.

Hvis det eksempelvis viser sig, at én har særligt brug for hjælp med at acceptere sine følelser, kan behandleren tilføje opgaver om det. Alle får altså ikke den præcis samme behandling.

Behandlingen har også den fordel for behandlerne, at de sparer tid. På sigt vil det måske være muligt at sænke ventetiderne på den ordinære behandling, hvis flere borgere benytter Blend-A. 🟡