

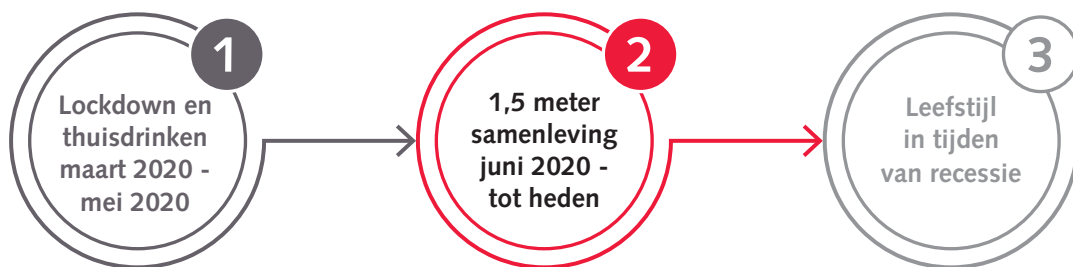
Alcoholgebruik tijdens de coronacrisis

Wat je moet weten als professional

De verschillende fases



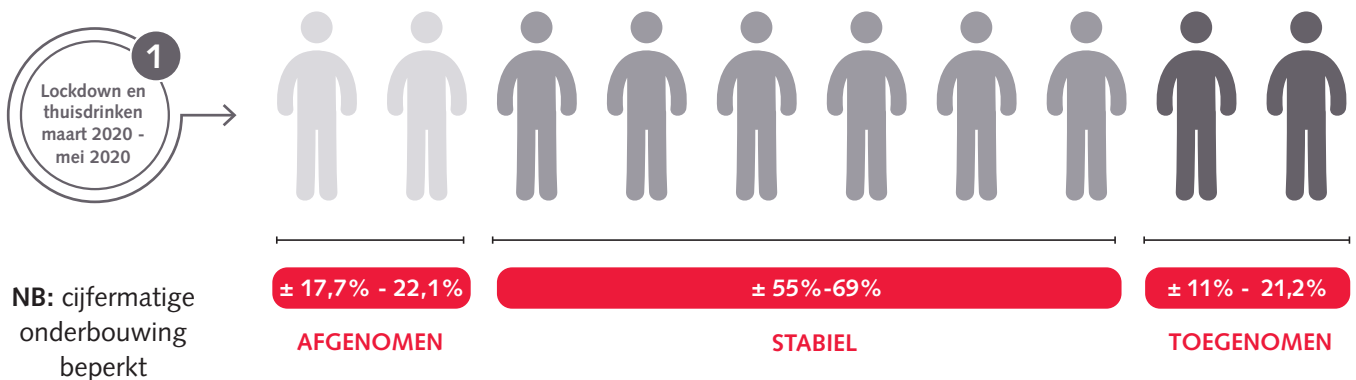
De eerste fase van de coronacrisis ligt achter ons. We pakken de draad al dan niet gedeeltelijk weer op. Wat ons nog staat te wachten, weten we nog niet. Wel weten we dat een crisis een negatief effect kan hebben op ons alcoholgebruik. Lees in deze infosheet wat je moet weten over alcoholgebruik tijdens de coronacrisis en wat je hieraan kunt doen als professional.



Wat weten we tot nu toe over veranderingen in alcoholgebruik tijdens de coronacrisis ten opzichte van daarvoor?



Alcoholgebruik **tijdens fase 1** van de coronacrisis: 1 [RIVM/GGDgohr \(2020\). Onderzoek gedragsmaatregelen en welbevinden](#)
2 [Voedingscentrum \(2020\). Eetgedrag en corona \(mei 2020\)](#)



± 11% - 21,2%

TOEGENOMEN

De meest recente cijfers lijken erop te wijzen **dat de groep die tijdens fase 1 meer is gaan drinken, meer is blijven drinken.** Redenen hiervoor kunnen zijn:

- Angst voor besmetting of besmetting van naasten met het coronavirus
- Depressie
- Eenzaamheid
- Stress
- Verveling

Waarom is het juist nu belangrijk om als professional (beginnend) problematisch alcoholgebruik te signaleren, te bespreken en ondersteuning te bieden aan mensen die dat nodig hebben?



(Te veel) alcohol drinken heeft negatieve effecten op de gezondheid, zowel fysiek als psychisch.



Een lagere weerstand

Een lagere weerstand maakt iemand vatbaarder voor besmetting en een ernstiger ziekteverloop na besmetting met infectieziekten, zoals het coronavirus.



Verhoogde kans op chronische ziekten

Denk aan diabetes type 2, hypertensie en obesitas. Deze ziekten zorgen voor een ernstiger ziekteverloop na besmetting met het coronavirus.



Verergering van psychische klachten

Denk hierbij aan angst, depressie, eenzaamheid en stress. Deze klachten kunnen alcoholgebruik ook in de hand werken.

Alcoholgebruik zorgt voor een extra uitdaging voor handhavers en horeca. (Te veel) alcoholgebruik:



Neemt onze remmingen weg en bemoeilijkt de handhaving van de 1,5 meter afstandsmaatregel.



Verhoogt de kans op **agressief gedrag**.

Welke risicogroepen verdienen extra aandacht tijdens en na de coronacrisis?



(Herstellende) problematische drinkers en mensen met een stoornis in het alcoholgebruik

Dit, vanwege risico op terugval of meer drinken door sociaal isolement en/of angsttriggers.



Mensen met psychische klachten

Denk hierbij aan klachten als angst, depressieve gevoelens, eenzaamheid, of stress. Vanwege het risico op alcoholgebruik als copingmotief.



Eenzame mensen of mensen die risico lopen op sociaal isolement

Denk hierbij aan ouderen of mensen met chronische ziekten, die vanwege de maatregelen of hun kwetsbaarheid niet naar buiten kunnen of willen.



Thuiswerkende ouders Dit, vanwege extra stress door de combinatie van zorg en onderwijs voor kinderen wanneer het gezin vanwege klachten in quarantaine moet.



Het belang van een gezonde leefstijl is tijdens de coronacrisis duidelijker dan ooit geworden. Het is daarbij essentieel om verantwoord om te gaan met alcohol en het advies van de Gezondheidsraad op te volgen.



Zorgprofessionals

Signaleer, bespreek en ondersteun

- Vermoedt u problematisch alcoholgebruik? Vraag naar iemands alcoholgebruik en gebruik een screenings-instrument om het te toetsen. Bijvoorbeeld de AUDIT-C.
- Verwijs naar laagdrempelige online/mobiele alcohol-interventies (e/m-Health) voor minderen en stoppen met alcoholgebruik.
- Verwijs, indien van toepassing, naar intensievere behandeling, bijvoorbeeld via instellingen voor verslavingszorg.



Gemeenten

Zorg voor duidelijk beleid en handhaving

- De huidige situatie ontslaat de verstrekkers van alcohol niet van het naleven van wet- en regelgeving, dus houd hen hieraan. Bewaak precedentwerking voor de toekomst of voor andere sectoren door regelgeving ook nu te blijven handhaven.
- Zorg voor regelmatige contactmomenten met verstrekkers van alcohol om hen te informeren, ervaringen op te halen en te ondersteunen daar waar nodig.
- Blijf bij verstrekkers van alcohol benadrukken dat verantwoord schenkbeleid en naleving van wet- en regelgeving om dronkenschap te voorkomen van groot belang zijn. In de aanpak Dronkenschap en doorschenken zijn hier handvatten voor te vinden.
- Zorg voor regelmatige contactmomenten met partijen als de instellingen voor verslavingszorg om het belang van vroegsignalering van problematisch alcoholgebruik te benadrukken.



Werkgevers

Houd contact met alle medewerkers

- Dit is dé tijd om van uw bedrijf een gezonde werkomgeving te maken, bijvoorbeeld door het promoten van en ondersteunen in het volgen van een gezonde leefstijl, waaronder verantwoord alcoholgebruik.
- Houd regelmatig contact met werknemers en zorg dat collega's ook met elkaar in contact blijven.
- Meer weten over goed werkgeverschap, juist nu? En meer weten over een effectief Alcohol-, Drugs- en Medicijnbeleid? Lees hier meer of neem contact op met de Adviseur Werkgevers.