

## Presentatie symposium Novadic-Kentron 30 mei 2013 "Taboe doorbreken en de vraag stellen"

Door Rob Bovens, lector verslavingspreventie Hogeschool Windesheim

Dames en heren,

Vandaag verscheen het advies Ouderen en Verslaving van een commissie onder mijn voorzitterschap. Het betrof een opdracht van de Stichting Resultaten Scoren, het kennis- en ontwikkelcentrum binnen de verslavingszorg.

Aanleiding was de toenemende toestroom aan 55-plussers in de verslavingszorg, naast de vergrijzende populatie van bestaande cliënten. De vraag was of de zorg en preventie in Nederland wel ingericht is op deze doelgroep.

Als we kijken naar de cijfers van cliënten in de verslavingszorg, is er een grote stijging te zien van ouderen de laatste jaren op allerlei fronten. Het gaat dan om verslavingen aan alcohol, medicijnen, gokken en drugs (zie tabel 1).

**Tabel 1 Aantal cliënten in de verslavingszorg van 55 jaar en ouder (tussen haakjes aandeel in totale cliëntenbestand)**

Jaar	Aantal
2002	4487 ( 9.1%)
2003	5458 (10.1%)
2004	6400 (11.3%)
2005	7491 (12.3%)
2006	7496 (12.7%)
2007	8883 (13.6%)
2008	9981 (14.7%)
2009	10700 (15.6%)
2010	11373 (16.2%)
2011	11862 (17.1%)

Het verschil wat betreft drugs aan de ene kant, en alcohol, medicijnen en gokken aan de andere kant, is, dat het wat betreft drugs voornamelijk cliënten zijn, die al bekenden zijn van de verslavingszorg. Slechts 3% van de 55-plussers met een drugsproblematiek zijn nieuwkomers. Bij bijvoorbeeld alcohol is jaarlijks tussen de 20% en de 30% nieuw. Bij medicijnen varieert dit van 20% tot 40% (IVZ,2013). Dit leidt ertoe, dat de afgelopen 10 jaar het aantal 55-plussers in de verslavingszorg dat zich meldt met alcoholproblemen meer dan verdubbeld is (zie tabel 2).

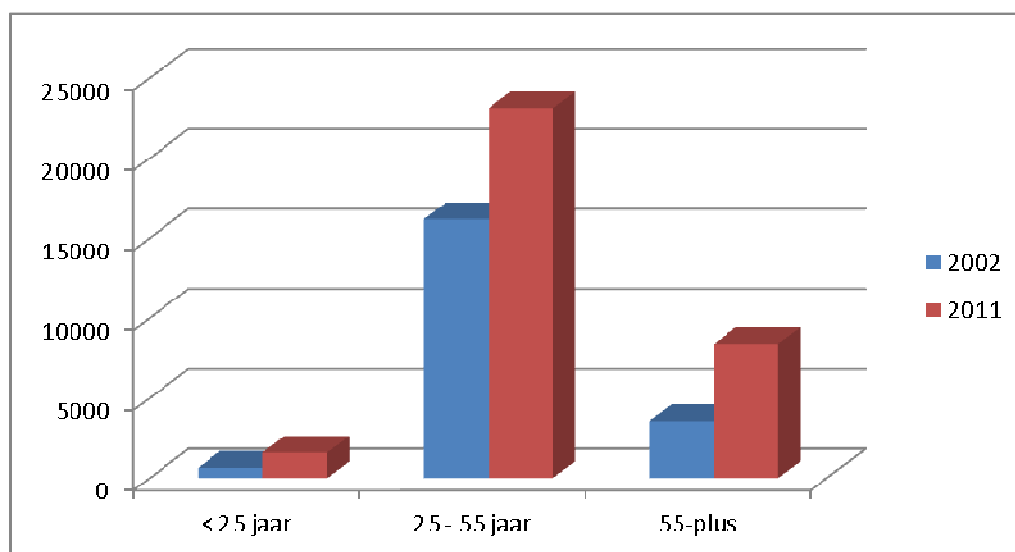
Tabel 2 Alcoholcliënten 55-plus 2002-2012



Tussen 2002 en 2011 steeg de populatie van 55-plus met alcoholproblematiek met 136%, gecorrigeerd voor de vergrijzing met meer dan 90%. In 2012 neemt het aantal iets af, maar minder dan andere leeftijdsgroepen. In de periode tussen 2002 en 2012 steeg het aandeel ouderen met alcoholproblematiek in de verslavingszorg van 17% naar 26%.

Dat maakt deze leeftijdsgroep tot een belangrijke prioriteit binnen de verslavingszorg, naast de meest voor de hand liggende aandachtsgroep: de jeugd.

Tabel 3 Alcoholcliënten naar leeftijd 2002-2011



### *De 19<sup>e</sup> eeuw*

De problemen met alcohol zijn de laatste decennia gegroeid. Laten we eens meer dan 150 jaar teruggaan in de tijd, ergens halverwege de 19<sup>e</sup> eeuw. Per hoofd van de Nederlandse bevolking (vanaf 15 jaar) werd toen 8 liter pure alcohol gedronken. Dit betekent het alcoholgedeelte in alcoholische dranken bij elkaar opgeteld. Dus stel het je voor: in een pijpje bier zit 33 cl, daarvan is het alcoholgedeelte zo'n 1,6 cl. Voor 1 liter alcohol moet u ongeveer 60 pijpjes bier drinken, voor 8 liter tegen de 500 (meer dan 1 per dag). Let op: het gaat hier om een gemiddelde, geheelonthouders zitten er ook bij, vrouwen drinken bijvoorbeeld minder hoeveelheden dan mannen. Per drinker ligt het gemiddelde dus eerder in de buurt van de 2 pijpjes per dag = 3 glazen. Het advies van de Gezondheidsraad in Nederland is gemiddeld maximaal 1 glas voor vrouwen en 2 glazen voor mannen, en twee dagen niet drinken. Voor 55-plussers is het advies voor zowel mannen als vrouwen maximaal gemiddeld 1 glas en twee dagen per week niet.

Halverwege de 19<sup>e</sup> eeuw dronken we dus fiks boven de norm. Wat toen veel gedronken werd is sterke drank. In die tijd ontstond de drankbestrijding. Idealisten wilden de verloedering van de maatschappij tegengaan, het volk verheffen. In die tijd ontstond ook het onderwijs. Daarnaast waren er nog andere ontwikkelingen: de industrialisering (men had gezonde werkkrachten nodig), en er kwam schoon drinkwater. Door dat laatste was het niet meer nodig bier te drinken als vervanger voor vervuild water.

De Drankbestrijders waren niet de minsten: het waren welgestelden en politici. Belangrijke namen zijn bijvoorbeeld Ruijs de Beerenbroeck en Willem Drees. Probleem dat de drankbestrijding had was het gebruik van sterke drank. Als tegenwicht opende men zelfs Bierhuizen en bierlokalen in de 19<sup>e</sup> eeuw. Onder drank werd dus klaarblijkelijk alleen sterke drank begrepen.

### *De drankwet van 1881; periode tot 1960*

In 1881 is de eerste Drankwetgeving ontstaan, die zich voornamelijk dus richtte op de beteugeling van sterke drank. Er kwam een vergunningstelsel: sterke drank kon alleen door café's en slijters worden verstrekt met een vergunning. Centraal werd het aantal vergunningen gemaximeerd. Uitgangspunt was dat het drankmisbruik kon worden tegengegaan door het beperken van verkooppunten. Men redeneerde dat de gelegenheid de drinker maakt en dit verleidt dan weer tot misbruik. De Fransman Ledermann heeft ook aangetoond, dat er een rechtstreeks verband is tussen alcoholconsumptie onder de bevolking en de mate van problemen die zich daarbij voordoen.

Ook openbare dronkenschap werd in 1881 strafbaar gesteld, dit kwam in het Wetboek van Strafrecht. Overtreding werd gestraft met een geldboete, bij herhaling met gevangenisstraf of een Rijkswerkinrichting. Het eerste jaar na de invoering van de wet bedroeg het aantal veroordelingen al 40.000! Dit is gaandeweg gedaald, maar dat heeft meer te maken met de houding die men aannam in de omgeving tegenover drankgebruik dan met het werkelijk minder worden van het gedrag.

Voor de eerste keer treffen we in 1881 een leeftijdsbepaling aan in de wet: het was jongeren onder de 16 jaar verboden een café of slijterij binnen te treden zonder begeleiding van iemand van 21 jaar of ouder. Er kwam ook een Drankwetinspectie.

In 1919 werd erkend dat alcoholmisbruik niet alleen een probleem is voor de openbare orde, maar ook voor de volksgezondheid. De inspectie kwam dan ook onder het Staatstoezicht voor de Volksgezondheid. In de wetgeving van 1881 werden de vergunningen voor zwakalcoholhoudende drank niet gemaximeerd, in de Drankwet van 1931 weer wel, in de Drank-en Horecawet van 1964 weer niet.

Omdat er tot aan 1960 relatief weinig vrije tijd was en nog veel minder welvaart, werd er steeds minder gedronken, mede door voorlichting en beperkende maatregelen, en door het verdwijnen van laagalcoholische bieren. Een en ander leidde ertoe, dat we in de 60-er jaren van de vorige eeuw per hoofd van de bevolking vanaf 15 jaar nog maar 2,3 liter alcohol dronken, zo'n 140 pipjes per jaar = 210 glazen, is iets meer dan een half glas gemiddeld per dag. Per werkelijke drinker nog geen glas per dag. Inmiddels drinken we weer tussen de 7 en 8 liter per jaar en naderen we dus weer de 3 glazen gemiddeld. De oorzaak van de stijging zal ik nu aan de orde stellen.

#### *De laatste 50 jaar*

Onze houding ten aanzien van het drinken van alcohol veranderde gaandeweg. Op de eerste plaats maakten wij kennis met het drinken van wijn door onze vakanties in de zuidelijke landen. De huidige babyboomers begonnen hiermee in de 60-er jaren. Wijn wordt gedronken bij het eten, dat waren wij hier niet zo gewend. Langzamerhand werd het een cult en ook statussymbool om een goed glas wijn bij het eten te drinken. Het fenomeen 'wijnkelder' ontstond. Een leuke anekdote hiervan staat nog in het boekje 'Veertig' van Kees van Kooten: hij richtte het trapgat in als wijnkelder, noteerde in een schriftje ijverig welke prachtige wijnen hij daar in opsloeg, maar wat al te voortvarend leidde hij elke bezoeker vol trots langs zijn 'kelder'. Het lukte hem maar niet en voorraadge op te bouwen, dus een volwassen wijnkelder is het nooit geworden. Met name Albert Heijn, en later ook HEMA speelden snel op de nieuwe behoeften in en vergrootten hun assortiment wijnen, met het gevolg dat de drankenafdeling bij AH inmiddels zo'n kwart van de winkel beslaat.

Het dagelijks drinken raakte in zwang, men keek daar ook niet meer van op. De welvaart steeg, en ook de vrije tijd. De reclame speelde hier handig op in: steeds meer komen momenten in beeld die niet meer voorbehouden zijn aan het weekend, zoals terras zitten en voetbal kijken naar de Europacup, inmiddels Champions League. Hoewel in de Reclamecode van de drankenindustrie staat, dat alcohol en sport (hier wordt actieve sport bedoeld) niet met elkaar in reclame-uitingen mag worden verweven, heeft de drankenindustrie het sportdomein tot speerpunt verklaard: Holland Heineken House, sponsoring NOC\*NSF en KNVB, Jupiler League, Amstel Cup, sponsoring Voetbal International zijn slechts een kleine greep hieruit.

De drankenindustrie laat niet af ons te doen geloven, dat je geen plezier meer kunt hebben om naar sport te kijken, als je daarbij niet een biertje in de hand hebt. Laatst nog ontving ik als trouwe bezoeker van een website van mijn 1<sup>e</sup> divisieclubje MVV een mail van Jupiler, waarin stond dat ik een koelkast kon winnen, omdat ik 'natuurlijk al een aantal biertje had koud staan voor de volgende Jupilerleague wedstrijd'. Hoezo?!

De druk om alcohol ook weer in tankstations te verkopen is zo ongeveer permanent. Overal is het aanwezig, steeds meer momenten worden ermee aangekleed. Van alles wordt een feestje gemaakt. Onze jeugd groeit hiermee op, de meiden even hard als de jongens. De meiden (en jeugd) zijn goed gemarkeerd door in de 90-er jaren het assortiment uit te breiden met mix-drankjes. Een ander bijkomend verschijnsel: de jeugd heeft weer geleerd sterke drank te gaan drinken, aankopen van 16- en 17-jarigen hiervan zijn de laatste 10 jaren gestegen van 9% naar 23%.

In dit licht krijgen we een zware kluit aan de introductie van de 18-jaargrens. Onze maatschappij is het zo gewend dat ook de jeugd drinkt en dat vrijetijdsbesteding wordt aangekleed met drank, dat het moeilijk zal zijn je een wereld voor te stellen zonder drank voor onder 18-jarigen. Volwassenen en ouderen spelen hier een belangrijke rol: van hen (en hun houding en gedrag ten aanzien van alcohol) is afhankelijk welk beeld er bij de jeugd wordt gevestigd over alcohol. Maak je geen problemen van

dagelijks gebruik, verheerlijk je alleen de positieve kanten, dan moet je er niet vreemd van opkijken, dat de jeugd hierin volwaardig wenst mee te doen. Kinderen kopiëren nu eenmaal.

De '40 dagen zonder alcohol'-acties in Brabant dragen bij aan bewustwording, dat een leven zonder alcohol of gebruik op minder momenten dan nu best te pruimen valt. En niet per se hoeft af te doen aan de kwaliteit van leven. Uw ervaringen en die van andere deelnemers aan vergelijkbare acties dragen hieraan bij. Niet voor niets denken we nu ook aan vergelijkbare initiatieven bij andere leeftijdsgroepen. Ik ben niet tegen alcohol, begrijp me goed, maar mag het ook ietsje minder?!

#### *Waarom vertel ik u dit nu allemaal?*

Mijns inziens bestaat er veel handelingsverlegenheid bij professionals in eerste en tweede lijn om drankgebruik überhaupt ter sprake te brengen bij cliënten. Dit heeft naar mijn smaak veel te maken met de eigen kijk op alcoholgebruik. Een al wat oudere grap, laatst nog verteld door doktoren als Ferd Raaymakers uit Lierop en Jan Ackermans uit Best, initiatiefnemers van de 40 dagen zonder alcoholacties, zegt, dat een probleemdrinker iemand is die meer drinkt dan zijn huisarts. Uit een onderzoek onder 257 leden van de artsorganisatie KNMG bleek onlangs dat de grote meerderheid (89,1 procent) zelf drinkt. Weliswaar met mate en niet dagelijks, maar het speelt bij ruim een derde wel een rol in het bespreken van alcoholproblemen in de spreekkamer.

Bij ouderen is dit nog moeilijker. Er wordt vaak gesteld: 'Gun ze toch hun borreltje', waarbij gemakshalve uitgegaan wordt van een stereotiep beeld van de oudere die nog een paar jaar te gaan heeft. Veel ouderen van 55-plus hebben de neiging zichzelf dan makkelijk tot een groep te rekenen die 'het wel verdiend heeft' en laten zich moeilijk aanspreken op hun alcoholgebruik. In het advies van vandaag is opgenomen, dat leeftijd geen enkel excuus mag zijn om het alcoholgebruik niet ter sprake te brengen. Dat professionals daarna overigens wel rekening mogen houden met de levensverwachting van de patiënt, daar is niets op tegen.

Het is niet de bedoeling om door te slaan in protocollering, zoals onlangs (21 mei 2013) een lezer van de NRC in een ingezonden stukje in de NRC opmerkte:

#### **VERSLAVINGSGEVAAR**

"Mijn moeders lichaam van 93 jaar heeft het opgegeven en ze heeft daar vrede mee. Ze is gestopt met het innemen van voedsel, drank en medicijnen en heeft hoogstens nog een paar dagen te leven. Dan vraagt ze aan de verpleegster of ze vanavond weer een slaappil mag. Verpleegster: „Nee mevrouw, u heeft er gisteren ook een gehad; dus pas morgen weer omdat we willen zorgen dat u er niet aan verslaafd raakt.” HENK WIERSMA

Uit recent wetenschappelijk onderzoek blijkt dat vroegtijdige signalering door de huisarts wel degelijk zin heeft. Alleen al het advies om minder te drinken blijkt het alcoholgebruik met 10 tot 16 procent te verminderen. Na vier korte gesprekken kan dat oplopen tot wel 25 procent. Conclusie: de huisarts kan alcoholmisbruik en mildere vormen van verslaving doorgaans prima zelf behandelen.