

Behandling för beroende

Du kan få behandling för beroende samtidigt som du får behandling för en psykiatrisk diagnos. Behandlingen utformas på olika sätt för olika typer av beroenden. Här beskrivs vad som ingår i behandling för beroende av alkohol, läkemedel och narkotika.

Alkohol

Du och din behandlare arbetar tillsammans för att hitta nya strategier för att hantera vardagen utan alkohol.

Vilken behandling som är aktuell för dig beror på hur ditt alkoholberoende ser ut och hur det påverkar din personliga situation.

LÄKEMEDELSBEHANDLING

När du bryter ditt beroende kan du få hjälp att lindra abstinensen med läkemedel.

Du kan också få läkemedel som minskar suget efter alkohol och förebygger risken för återfall.

TERAPI

Vi erbjuder beteendeoriktad terapi som hjälper dig att bryta gamla mönster och hitta strategier för att hantera alkohol. Du får hemuppgifter som är en viktig del av behandlingen. Behandlingen kan ske enskilt eller i grupp.

HÄR FINNS VÅRDEN:

- Psykiatrisk mottagning. Du som får behandling inom psykiatri kan få behandling även för alkoholberoende på samma mottagning.
- Beroendemottagning. Här kan du få behandling och stöd om du har ett svårare beroendetillstånd.
- Livsstilmottagning. Våra mottagningar för alkohol och hälsa tar emot dig som känner att du har problem med alkohol men ett i övrigt fungerande socialt liv.

Läkemedel

NEDTRAPPNING

Om du är beroende av ett läkemedel gör du och din behandlare en plan för att trappa ner det aktuella läkemedlet.

HÄR FINNS VÅRDEN:

- Du kan få behandling för beroende av läkemedel på en psykiatrisk mottagning eller någon av Beroendecentrums mottagningar.
- TUB-mottagningen erbjuder hjälp till dig som är beroende av lugnande läkemedel, sömnmedel eller smärtstillande medel utan att samtidigt vara beroende av alkohol eller använda andra droger. TUB står för Terapi och utvärdering av beroendeframkallande läkemedel.

Narkotika

Behandling för beroende av narkotika erbjuds på våra beroendemottagningar. För cannabis respektive opioider har vi särskilda program.

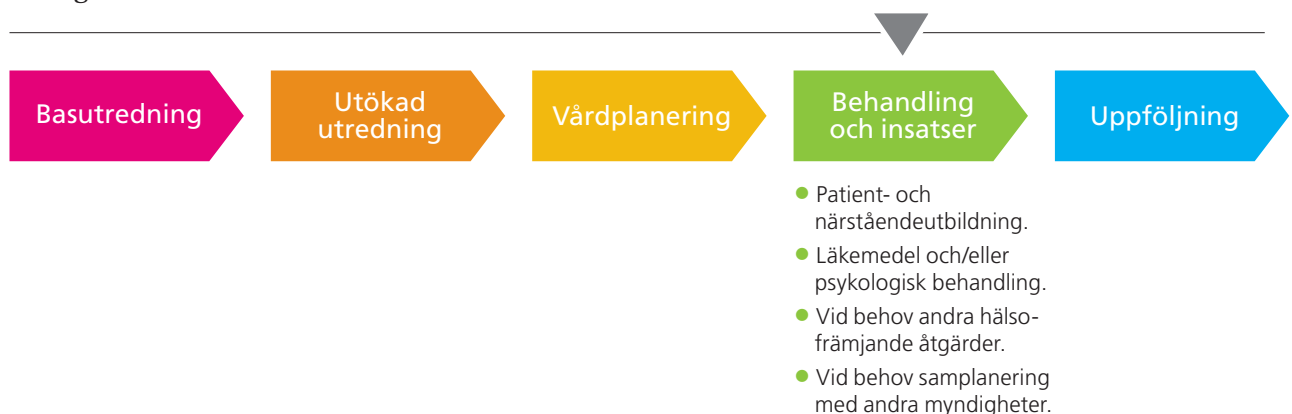
CANNABIS

Cannabisprogrammet erbjuder individuella samtal en till tre gånger i veckan. Under behandlingen lämnar du urinprov regelbundet.

OPIOIDER

Du som är beroende av morfin, heroin eller andra opioider kan få läkemedelsassisterad behandling.

FORTS. NÄSTA SIDA



När du fått en diagnos och diskuterat vårdplanen tillsammans med vårdpersonalen kan du börja din **behandling**.

FORTS. FRÅN SID 1.

Du får också en långsiktig rehabilitering där vi hjälper dig att komma ifrån ditt beroende, få en stabilare social situation och bättre fysisk och psykisk hälsa. Du får bland annat tillgång till terapi och friskvård.

Behandlingen finns inom Beroendecentrum Stockholms metadonsektion och på våra beroendemottagningar.

Mottagningar för unga

Du som är 18–25 år kan få hjälp för beroende på våra livsstilmottagningar för unga:

Livsstilmottagningen finns nära Stureplan och vid Liljeholmen i Stockholm:

www.livsstilmottagningen.se

Järva Unga specialistcenter ligger i Kista:

www.jarvaunga.se

INTERNETBEHANDLING FÖR UNGA

Du som är 18–25 år kan få hjälp att sluta med cannabis via nätet. Då kommer du till Livsstilmottagningen för läkarbesök och provtagning i början och slutet av behandlingen. Däremellan gör du uppgifter på dator eller mobil och har kontakt med en psykolog via nätet. Behandlingen pågår under tre månader.

Tobaksberoende

Våra mottagningar erbjuder stöd till dig som vill sluta med tobaksrökning. Om du behöver kan du få behandling med nikotinplåster eller andra läkemedel som minskar röksuget.

SLUTA-RÖKA-LINJEN

Sluta-röka-linjen ger stöd för att sluta röka per telefon. Metoden är baserad på motiverande samtal och kognitiv beteendeterapi (KBT). Rådgivningen är gratis. Telefon: 020-84 00 00.

Vill du veta mer?

- 1177 Vårdguiden www.1177.se
- Beroendecentrum Stockholm www.beroendecentrum.se
- Prima Maria Beroende www.prima.se

Mer hjälp

HELDYGNSVÅRD

Om du behöver akut beroendevård är du välkommen till våra beroendeakuter:

Beroendeakuten Stockholm
Besöksadress: S:t Görans sjukhus,
Vårdvägen 11, byggnad 9, Kungsholmen.
Telefon: 08-123 459 00.

Prima Maria Beroende
Besöksadress: Maria sjukhus,
Maria Prästgårdsgata 34 C.
Telefon: 08-684 004 00.

FYSISK AKTIVITET

Att motionera regelbundet kan hjälpa dig att må bättre. Om du behöver hjälp att komma igång kan du be din läkare eller sjuksköterska om recept på fysisk aktivitet.

STÖD PÅ INTERNET & TELEFON

Alkoholhjälpen ger stöd och rådgivning på nätet. Läs mer på www.alkoholhjalpen.se

Alkohollinjen erbjuder stöd per telefon. Telefon: 020-84 44 48.
Tider och information hittar du på www.alkohollinjen.se

Cannabishjälpen ger stöd och rådgivning på nätet. Läs mer på www.cannabishjalpen.se

Droghjälpen erbjuder stöd per telefon. Telefon: 020-84 44 48.
Tider och information hittar du på www.droghjalpen.se

Återfallsprevention

Att undvika återfall är en viktig del av din behandling. Därför gör du och din behandlare tillsammans en plan för hur du ska undvika återfall.

Vad händer sen?

Du och vårdpersonalen gör tillsammans regelbundna uppföljningar av din behandling.

Om din behandling behöver ändras pratar du om det med din behandlare. Du kan också behöva utredas för andra problem.