



**STUDIEPLAN FÖR ALKOHOLEN OCH SAMHÄLLET**

**EFFEKTER AV  
LÅGDOSKONSUMTION  
AV ALKOHOL**



# STUDIECIRKEL SOM ARBETSFORM

Studiecirkeln är en demokratisk arbetsform där deltagarna tillsammans lär sig mer om ett ämne de är intresserade av. Genom gemensamma reflektioner och diskussioner ökar hela gruppens samlade kunskap. Studiehandledningen ska stimulera till diskussioner och samtal, inte ge alla svar. Här finns inget facit, inget rätt eller fel. Bara förslag till frågeställningar. Naturligtvis kan ni välja helt andra frågor att diskutera.

Det här materialet utgår från tre träffar, men kan naturligtvis delas upp i fler, beroende på hur mycket ni vill fördjupa er i varje frågeställning.

## För att räknas som studiecirkel ska ni:

- vara minst tre deltagare och bör inte vara fler än tolv, varje deltagare ska delta vid minst tre träffar och minst en av de tre första träffarna
- träffas en till tre gånger per vecka, men det går också att träffas till exempel varannan vecka
- arbeta en till fyra studietimmar per gång, en studietimme är 45 min
- träffas minst tre gånger och totalt minst nio studietimmar
- arbeta tills det gemensamma målet har uppnåtts

Ta kontakt med närmaste NBV-kontor så hjälper de er att komma igång.

Närmaste kontor hittar du på [www.nbv.se](http://www.nbv.se).

## TRÄFF 1

Läs "Förord", "Vilket är det vetenskapliga stödet för nyttan av måttlig alkoholkonsumtion" till och med stycket "Störfaktorer".

### → DISKUTERA

1. Rapporter om alkoholens positiva effekter på hälsan får stor uppmärksamhet i media. Varför är det så tror ni?
2. I artikeln nämns det att det nu finns läkare som rekommenderar måttligt bruk av alkohol, även till de som inte dricker. Vad tycker ni om denna rekommendation?
3. Alkoholindustrin vill att alkoholpolitiken ska inrikta sig på den mindre grupp i samhället som har alkoholproblem. Vad är anledningen till att de driver denna linje? Vad är problemet med en sådan alkoholpolitik?
4. Alkohol är rankad som den femte största faktorn för sjukdomsburden i världen. Kände ni till detta? Upplever ni att detta faktum är välkänt?
5. Nämna några sjukdomar och skador som är relaterade till alkohol.
6. Vilka är begränsningarna med så kallade observationsstudier och vad är konsekvenserna av bristen på randomiserade studier? Upplever ni att dessa brister framkommer i medierapporteringen av alkoholens hälsofrämjande egenskaper?
7. Vilka så kallade störfaktorer finns då man studerar alkoholens effekt på hälsan? Vad har dessa störfaktorer för betydelse för tolkningen av studiernas resultat?
8. Finns det något i de texter som ni har läst som ni tycker var extra anmärkningsvärt eller nytt för er? Berätta för varandra och diskutera.

## TILL NÄSTA GÅNG:

Läs resten av "Vilket är det vetenskapliga stödet för nyttan av måttlig alkoholkonsumtion" samt intervjuerna "Öl är bra för hjärtat! Vin kan ge cancer! – Hur tänker media om alkoholforskningen?" och "Det ultimata nyfikenhetsjobbet".

## TRÄFF 2

Ni ska ha läst andra hälften av "Vilket är det vetenskapliga stödet för nyttan av måttlig alkoholkonsumtion" samt intervjuerna "Öl är bra för hjärtat! Vin kan ge cancer! – Hur tänker media om alkoholforskningen?" och "Det ultimata nyfikenhetsjobbet".

- Har ni några frågor eller funderingar från förra träffen? Ta en stund för att diskutera detta.

### → DISKUTERA

1. Vad menas med begreppet "sick quitter effect"? Vad har denna för effekt på slutresultaten av en rapport om alkohol och hälsa?
2. I texten står det att många personer som frågas om sin alkoholkonsumtion underskattar sin konsumtion. Tror ni att det stämmer? Varför underskattar man sin alkoholkonsumtion?
3. När det gäller studier om alkoholens positiva effekter på hälsan finns det enligt rapportförfattarna ofta ett svagt vetenskapligt underlag. Trots detta dras långtgående slutsatser. Hur kan detta komma sig tror ni?
4. Vad är era erfarenheter från vården – har ni mött läkare eller annan vårdpersonal som gett råd om att dricka alkohol för att förbättra hälsan? Berätta för varandra.
5. Titta på listan på sidan 19 över "Skäl för tvivel om nyttan av lågdoskonsumtion av alkohol". Vad tycker ni om skälen?

6. I artikeln "Öl är bra för hjärtat! Vin kan ge cancer! – Hur tänker media om alkoholforskningen?" berättar ett antal journalister om medias syn och arbetsmetoder. Håller ni med om att media inte romantiserar alkohol, utan visar på båda sidor?

7. Är det ett bra eller dåligt att vi får vitt skilda budskap från media om alkoholens positiva respektive negativa sidor? Ge egna exempel på hur alkohol skildras i media, i redaktionella sammanhang.

8. Finns det något i de texter som ni har läst som ni tycker var extra anmärkningsvärt eller nytt för er? Berätta för varandra och diskutera.

### TILL NÄSTA GÅNG:

Läs alla artiklarna under "Aktuellt inom alkoholforskningen".

## TRÄFF 3

Ni ska ha läst alla artiklarna under "Aktuellt inom alkoholforskningen".

- Har ni några frågor eller funderingar från förra träffen? Ta en stund för att diskutera detta.

### ➔ DISKUTERA

1. Personer med låg socioekonomisk status har en högre risk för ökad dödlighet relaterad till alkohol, än personer med hög socioekonomisk status. Om ni var politiker – vad skulle era åtgärder vara för att ändra denna situation?

2. Screening, att sjukvårdspersonal frågar om alkoholkonsumtion- och problem, nämns som en kostnadseffektiv åtgärd för att minska alkoholkonsumtion, -skador och dödlighet. Vad är era erfarenheter av screening? Har ni fått sådana frågor då ni sökt vård? Tycker ni att det är en fungerande åtgärd?

3. Enligt en amerikansk studie är det åtgärder som riktar sig mot hela befolkningen som får störst effekt på den grupp som dricker för mycket. Även prisökningar och minskad tillgänglighet är effektiva. Vad säger ni om det här resultatet? Varför är generella åtgärder effektiva på riskgrupper?

4. I artikeln "Har alkoholpolitik någon effekt i låg- och medelinkomstländer" ger författarna en slutkommentar. Vad tycker ni om åsikterna de för fram där? Har ni några egna tankar och idéer?

5. Författarna menar att det i låg- och medelinkomstländer finns för få frivilligorganisationer som engagerar sig i alkoholfrågor. Vilken roll kan och bör internationella IOGT, IOGT-NTO-rörelsens internationella utvecklingsarbete och liknande ha för att förändra detta?

6. Vad tycker ni om alkoholindustrins agerande i England? Vad tänker ni uppgiften att chefen på Grand Metropolitan för 30 år sedan menade att "alkoholindustrin å sin sida istället borde främja uppfattningen att måttligt alkoholbruk är bra för konsumtion, men att överdriven konsumtion är dåligt".

7. Känner ni igen argumenten om att tillverkning och försäljning skapar arbetstillfällen och gynnar ekonomin, från svenska sammanhang? Ge konkreta exempel. Vad är era svar de argumenten?

8. Finns det något i de texter som ni har läst som ni tycker var extra anmärkningsvärt eller nytt för er? Berätta för varandra och diskutera.

## AVSLUTNING OCH REFLEKTION

Summera vad ni har gjort och vilka frågor ni har diskuterat. Lägg gärna till personliga reflektioner om vad ni såg och tänkte och om hur gruppen som helhet reagerade.

Låt sedan var och en i gruppen fundera på frågorna:

- Vilka nya tankar har du fått?
- Vad är det som berört dig mest?
- Vad kommer du att ta med dig härifrån?

Gå varvet runt och låt var och en svara utan att bli avbruten.

Nu när cirkeln är slut är det bra att fånga upp allas tankar kring cirkeln. Gör gärna en skriftlig utvärdering där var och en får svara på frågorna och som ni lämnar till NBV-kontoret.

- Vad har varit bra?
- Vad har varit mindre bra?
- Hur kan man gå vidare?



Alkoholen och samhället ges ut en gång om året. Varje år väljs ett huvudtema ut och en internationell forskargrupp får i uppdrag att sammanfatta forskningen kring detta. Dessutom innehåller rapporten intervjuer och korta artiklar om intressant alkoholforskning från det senaste året. Rapporten ges ut av IOGT-NTO och Svenska Läkaresällskapet.