

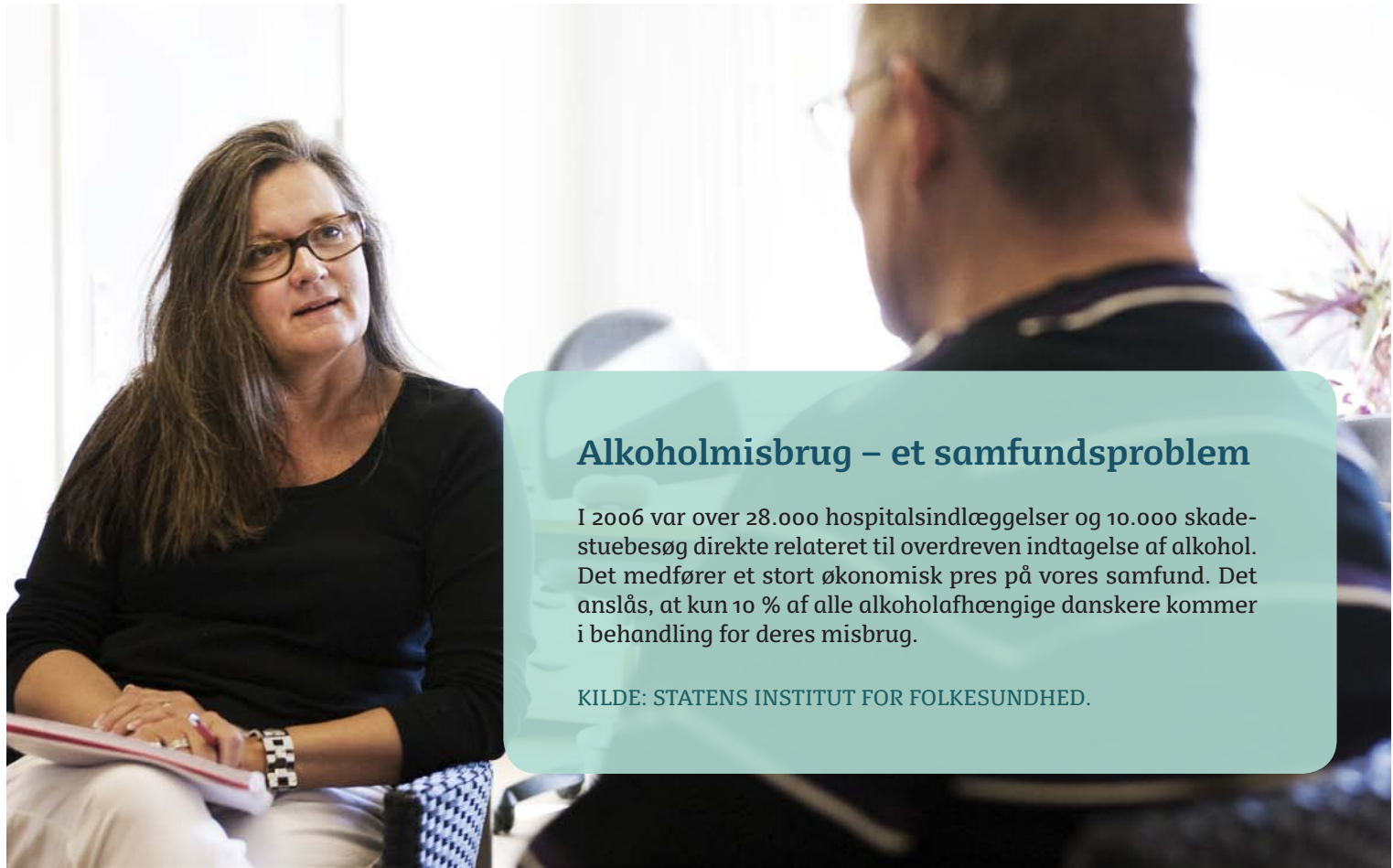


Lænken  
– den direkte vej  
til **effektiv**  
alkoholbehandling

Alkoholbehandling, rådgivning, netværk

## Hvorfor vælge Lænken?

- Ingen ventetid – behandlingen starter med det samme
- Direkte adgang til professionelt og erfarent fagpersonale
- Ambulant behandling. Borgeren kan blive boede hjemme og passe sit arbejde
- Fleksibel og individuel tilpasning af behandlingsforløb
- Intet krav om henvisning
- Mulighed for støtte fra vores mange frivillige med personlig erfaring
- Behandling af høj kvalitet
- Mange ambulatorier
- Gennemsigtig prisstruktur



## Alkoholmisbrug – et samfundsproblem

I 2006 var over 28.000 hospitalsindlæggelser og 10.000 skadestuebesøg direkte relateret til overdreven indtagelse af alkohol. Det medfører et stort økonomisk pres på vores samfund. Det anslås, at kun 10 % af alle alkoholafhængige danskere kommer i behandling for deres misbrug.

KILDE: STATENS INSTITUT FOR FOLKESUNDHED.

### HISTORIE

## Alkoholmisbrug har mange ansigter

Sundhedsstyrelsen anslår, at cirka 140.000 danske borgere i dag har et alkoholmisbrug, de burde modtage behandling for. De kommer fra alle sociale lag og alderstrin, men fælles for dem er, at de har brug for professionel hjælp til at komme ud af deres afhængighed.

Den hjælp kan de få hos Lænken. Vi har arbejdet med alkoholbehandling siden 1960 og driver i dag et stort antal ambulatorier. Her kan alle med et alkoholmisbrug komme direkte ind fra gaden og få kontakt med vores professionelle og erfarne medarbejdere. For mange af de 3.000 borgere, vi hvert år behandler, er det starten på et nyt og bedre liv uden alkoholproblemer.



## Lænken arbejder med det hele menneske

Når man siger ordet “alkoholbehandling”, tænker mange uvilkaarligt “antabus”. Men moderne alkoholbehandling bygger også på mange andre metoder. I Lænken søger vi den optimale blanding af medicinske, terapeutiske og sociale behandlingsformer for hver eneste af de borgere, som søger vores hjælp. Det giver de bedste og mest langtidsholdbare resultater.

### ORGANISATION

## Derfor er Lænken unik

Lænken består af to organisationer: Det professionelle fagpersonale i Lænkeambulatorierne og vores store gruppe af frivillige i Landsforeningen Lænken. Sammen tilbyder vi en helhedsorienteret løsningsmodel med fokus på alle facetter af livet.

I Lænkeambulatorierne hjælper vores læger og alkoholbehandlere med at sammensætte den nødvendige medicinske og terapeutiske behandling. Deres beslutninger bygger på stor videnskabelig viden om effektive og veldokumenterede behandlingsformer. Medicinsk og terapeutisk kompetence udgør således den ene halvdel af Lænkens omfattende ekspertise.

Den anden leveres af de frivillige i Landsforeningen, som selv har haft alkoholproblemer tæt inde på livet. Deres personlige erfaringer gør dem i stand til at hjælpe andre borgere på en ganske særlig måde, blandt andet ved at tilbyde dem et nyt alkoholfrit netværk, hvor deres misbrugsproblemer kan diskuteres åbent og uden fordømmelse. Tæt kontakt med forstående mennesker er ofte en afgørende faktor, når trangen til at drikke igen blusser op.



## TRE UDSAGN

# Godt samarbejde skaber resultater

“Medicinsk behandling kan skabe et åndehul, så borgeren får en bedre start på sin behandling. Hvis misbruget fx bunder i angst, depression eller en psykisk lidelse, kan vi målrette den medicinske behandling meget præcist. Det gør ofte vejen ud af misbruget betydeligt kortere.”

HENRIK RINDOM, PSYKIATER OG OVERLÆGE, LÆNKE-AMBULATORIERNE

“Før vi indleder den terapeutiske del af behandlingen, lytter vi grundigt til borgeren for at finde frem til den mest effektive behandlingsplan. Derefter opstiller vi realistiske mål og stimulerer motivationen til at gå i gang med at løse problemet. Dialogen skaber samtidig vigtige følelser af respekt og vilje til handling.”

CONNIE MØRCK, SYGEPLEJERSKE OG ALKOHOLBEHANDLER I GLOSTRUP LÆNKEN

“I Landsforeningen har vi over 30 lokalforeninger, der typisk har åbent to aftener om ugen. Her er alle velkomne. Vi arrangerer også kurser, weekendture og ferieophold. Mange finder stor hjælp og støtte i foreningerne. Ikke mindst i tiden lige efter behandling, hvor behovet for samvær med ligesindede ofte er særlig stort. Senere vælger nogle brugere selv at blive frivillige.”

LIS ISDAL, LANDSFORMAND, LANDSFORENINGEN LÆNKEN

## Behandlingen starter dag 1

Alkoholproblemer er ofte komplekse, men til gengæld er det helt enkelt at starte i behandling hos Lænken. Vi har ingen tidsbestilling. Ingen krav om henvisninger. Desuden kan behandlingen indledes anonymt og under fuld diskretion. Den starter allerede ved første besøg, og kan fx forløbe sådan:

### Første besøg

Ambulatoriets læge vurderer misbrugets omfang, risiko for abstinenser og om borgeren har fysiske sygdomme eller psykiske lidelser. Eventuel afrusning og abstinensbehandling kan indledes med det samme. Det første besøg kan også omfatte samtale med en alkoholbehandler.

### De følgende besøg

Der gennemføres en række samtaler mellem borgeren og ambulatoriets alkoholbehandlere. Her kortlægges forhold som familierelationer, arbejdssituation og sygdomshistorik. Antallet af samtaler kan variere og udmunder i en konkret behandlingsplan.



De fleste behandlingsforløb varer 6 til 12 måneder, og kan fx omfatte samtaler med inddragelse af pårørende. Der lægges særligt vægt på borgerens indsigt i højrisikosituationer og kompetence i at håndtere dem. Samtidig støtter vi op med medicinsk behandling og tilbud om deltagelse i Landsforeningens mange aktiviteter og fællesarrangementer.

### Efter behandling

Når borgeren er kommet ud af sit alkoholmisbrug, afsluttes behandlingen, men kontakten til Landsforeningen fortsætter ofte på ubestemt tid. For nogle bliver Lænken en permanent del af deres sociale netværk.



## De udgående teams – DUT

Lønkens arbejde strækker sig længere end til vores ambulatorier og lokalforeninger. Vores udgående teams tilbyder gratis alkoholrådgivning til borgere og ansatte på hospitaler, hos praktiserende læger, på psykiatriske skadestuer, i socialforvaltninger og i private hjem. DUT bygger på et mangeårigt samarbejde mellem professionelle og frivillige fra Lønnen, Blå Kors og Anonyme Alkoholikere.

### BEHANDLING

## Borgeren kan forblive hjemme og i arbejde

Hos Lænke-ambulatorierne har vi specialiseret os i ambulatant alkoholbehandling. Det betyder, at borgerne ikke behøver forlade deres hjem og familie under behandlingsforløbet. Behandlingen kan derfor foregå meget diskret og med et begrænset ressourceforbrug. For virksomheder har ambulatant behandling også den store fordel, at de ikke behøver at undvære en vigtig medarbejder, mens han eller hun er i behandling.

### Hele familiens problem

Statistisk set har de borgere, der opsøger Lænken, typisk haft et alkoholmisbrug i ti til tolv år, før de kommer i behandling. I al den tid er det ikke kun dem selv, der lider under misbruget men også deres nærmeste. Det kan få familierelationerne til at gå i hårdknude og vanskeliggøre en løsning på problemet. Derfor har

Lænke-ambulatorierne opbygget stor kompetence i familierapi, hvor formålet er at afklare situationen mellem familiens medlemmer. Bl.a. ved at fjerne det tunge ansvar som alkoholmisbrug i mange tilfælde lægger over på børnenes skuldre. Lænke-ambulatoriernes familierapi foregår ofte i tæt samarbejde med kommunale sagsbehandlere.

### Tilbagefald er uundgåelige

Langtidsholdbar alkoholbehandling drejer sig ikke kun om at komme ud af misbruget men også om at forebygge tilbagefald. Såvel forskning som praktisk erfaring viser, at tilbagefald er en naturlig del af behandlingsprocessen. Vi anvender eventuelle tilbagefald konstruktivt, da de kan gøre borgeren bedre til at håndtere højrisikosituationer.



## ERFARING

# Sådan blev Aksel frivillig

“Det var den 18. april 2005. Jeg var langt om længe blevet klar over, at jeg ikke kunne komme ud af mit alkoholmisbrug uden hjælp. Jeg kan huske, jeg stod neden for den stejle trappe op til Lænkens lokaler og tænkte: “Hvad i alverden laver du her?” På en måde vidste jeg jo godt, at der fandtes andre alkoholikere end mig, men havde alligevel en følelse af at være “Palle alene i verden.” Det krævede mod at gå op ad den trappe.

En venlig kontaktperson bød mig velkommen og en dygtig læge kom min svigtende viljestyrke til hjælp med antabus. I et stykke tid kom jeg bare for at få min pille og gik så hjem igen. Men snart opdagede jeg, at der også var andre spændende mennesker at tale med i Lænken. Mennesker i samme situation som mig selv. Her kunne jeg pludselig tale åbent om mit alkoholmisbrug – og blive forstået og accepteret.

Det var en stor lettelse. Godt hjulpet af antabus, dagbehandling og det nye fællesskab fik jeg min personlighed og mit liv tilbage. Siden mit første besøg i Lænken har jeg ikke rørt en dråbe alkohol og arbejder nu som frivillig på fjerde år. Jeg tager stadig antabus, for jeg tør simpelthen ikke lade være. Til gengæld kan jeg hjælpe andre alkoholikere med den særlige ligeværdighed og forståelse, der kommer af personlig erfaring.”

AKSEL, BESTYRELSESFORMAND FOR ROSKILDE LÆNKEN





## Alkohol på arbejdspladsen

Hvad gør man, når en god medarbejder får problemer med alkohol? Da løsningen kræver, at man bevæger sig ud i grænselandet mellem arbejds- og privatliv, tøver mange virksomheder med at gribe ind. Det gør som regel bare problemet større. Der er ingen grund til at tøve. I langt de fleste tilfælde kræver det færre ressourcer at hjælpe medarbejderen med at løse problemet end at ansætte en anden.

### FOREBYGGELSE

## Virksomhedskurser

Selvom alkohol i de senere år er forsvundet fra de fleste arbejdspladser, er den ikke nødvendigvis forsvundet ud af medarbejdernes liv.

Lænke-ambulatorierne tilbyder professionel konsulentbistand i, hvordan man effektivt forebygger og løser alkoholrelaterede problemstillinger på arbejdspladsen. Det kan bl.a. være kurser for grupper eller enkeltpersoner, implementering af effektive alkoholpolitikker og opkvalificering af nøglemedarbejdere. Læs mere om Lænkes virksomhedskurser på [www.laenken.dk](http://www.laenken.dk).

### Lave og gennemsigtige priser

Ambulant alkoholbehandling er billigere end døgnbehandlingsophold uden for hjemmet. Derfor kan Lænken tilbyde sine kunder meget fordelagtige priser. Vores ydelser er opdelt som selvstændige moduler med hver sin pris. Et behandlingsforløb består således af en række udvalgte moduler, der definerer behandlingens samlede pris. På den måde bliver vores prisstruktur enkel og gennemsigtig. Vi lægger desuden stor vægt på, at vores fakturaer er lette at overskue.

## Lænken - den direkte vej til effektiv alkoholbehandling

1. udgave, 1. oplag 2010 © Lænken 2010  
Forsidefoto er modelfoto

Grafisk design: ESSENSEN.COM  
Fotos: Lennart Søgård-Høyer, [www.unltd.dk](http://www.unltd.dk)  
Tekst: Handle Mediekommunikation  
Tryk: Litotryk.dk

Alle rettigheder til denne brochure tilhører Lænke-ambulatorierne. Mekanisk, fotografisk eller anden gengivelse og mangfoldiggørelse af brochuren er ikke tilladt uden Lænkens skriftlige samtykke ifølge gældende dansk lov om ophavsret. Korte citater er tilladt med kildeangivelse. Yderligere eksemplarer kan rekvireres på [adm@laenzen.dk](mailto:adm@laenzen.dk).

Mere information: [www.laenzen.dk](http://www.laenzen.dk)



**Lænke-ambulatorierne i Danmark**

Værnedamsvej 12, 1.

1619 København V

Tlf. 39 455 455

E-mail: [adm@laenke-ambulatorierne.dk](mailto:adm@laenke-ambulatorierne.dk)

Åbningstider: Mandag til torsdag kl. 9-15, fredag 9-12

**Landsforeningen Lænken**

Drejervej 15, 5.

2400 København NV

Tlf. 36 77 56 56

E-mail: [lf@laenken.dk](mailto:lf@laenken.dk)

Åbningstider: Mandag til torsdag kl. 10-15, fredag kl. 10-14

Adresser og kontaktdata til Lænkens ambulatorier, rådgivninger og lokalforeninger kan findes på [www.laenken.dk](http://www.laenken.dk).