

Ett glas vin – inte det som ger ett gott åldrande

Hur vill du ha det när du blir riktigt gammal? Vill du ha ett glas vin till middagen även när du glömt vad dina barn heter? Eller är det något helt annat som kan ge känslan av frihet och guldkant.

*"Jag kunde höra våra skratt
när vi var gamla. Rökte spliff
på våran uteplats, Italien
Tomater från vår trädgård"*

Det här är inledningsraderna till **Ana Diaz** sång 100. Jag älskar den, hennes musik, röst och texter. Hon är född 1977 så det dröjer ett tag än tills hon blir gammal. Jag vet inte heller vilken ålder hon anser som gammal, men i den bild hon målar upp är spliffen en del av ett vackert åldrande. En frihetssymbol.

Rent allmänt tror jag vi behöver vara tydligare runt vad det faktiskt innebär att åldras. Att det är en process som pågår lika länge som det tar att gå från barn till vuxen. En frisk och nybliven pensionär på 65 + och en 86-åring, genomsnittsåldern för den sista flytten in på äldreboendet, kan leva i två helt olika världar. I den mån vi fortfarande har en romantiserad bild av vad det innebär att bli riktigt gammal efter [coronakommissionens](#) rapport, bör vi göra oss av med den snarast möjligt. Varför är det viktigt?

Bland annat för att vi ska kunna möta det som beskrivs så här i [Socialstyrelsens öppna jämförelser 2020](#):

"Alkoholkonsumtionen ökar bland personer som är 65 år och äldre, vilket också förväntas resultera i ett större antal alkoholrelaterade skador. Detta ställer krav på äldreomsorgen, missbruksvården och socialtjänsten."

Studien [Trends in older people's drinking habits, Sweden 2004-2017](#) visar att alkoholkonsumtionen ökar mest bland 75-79-åringar, de som snart blir aktuella inom äldreomsorgen.

Färre än hälften av kommunerna har rutiner för samordning mellan äldreomsorgen och missbruksenheten. Personalen behöver stöd och vägledning.

I Norge serverades alkohol vid särskilda tillfällen på äldreboenden – utan att någon tagit reda på om det var det de själva önskade för att få guldkant på tillvaron. Det visar [en ny norsk studie](#). Personalen utgår från sin egen bild av vad som är livets goda. Enligt forskarna har personalen inte information om de boendes alkoholvanor eller om eventuell beroendeproblematik.

När jag frågar Attendos presschef **Makan Afshinnejad** hur det ser ut på deras äldreboenden svarar han via mejl:

"Vi bjuder på alkohol i en rimlig omfattning om den boende så önskar, ex. vid firande av högtider eller kanske till en middag på helgen. Det kan även förekomma att den boende har egen alkohol som de själva (eller dess anhöriga) köpt. Oavsett om Attendo gjort inköpen eller hen själv är det viktigt att det sker på ett kontrollerat sätt."

Det finns ungefär 1 700 äldreboendeenheter i Sverige, två tredjedelar av dem som bor där är kognitiv nedsatta och en tredjedel har svår somatisk sjukdom. Att ha demens är att på olika sätt förlora verklighetsuppfattningen. Det är ett plågsamt tillstånd. Kanske kan det illustreras av att 15,6 % av de boende får antipsykotiska läkemedel och av att 18 % äter tre eller fler psykofarmaka.

Att bestämma att någon annan inte ska dricka är moraliserande. Att inom ramen för vård och omsorg erbjuda en person som är multisjuk alkohol, vad kan det kallas? Och hur hitta balansen? Kanske genom att fortsätta betrakta även äldre som individer. Ingen vill enbart vara del av ett kollektiv, bara för att vi

uppnått en viss ålder.

Vad var och en av oss längtar efter, vad som gör livet värt att leva in i det sista, är olika för oss alla. Det kan vara enkla saker, som att sitta i solen eller klappa en katt. Men det kan också vara frågor som är mycket svårare att lösa än att hälla upp ett glas vin. Vi behöver ändå försöka också med det som är svårt.

Anna Fredriksson