



Ikäinstituutti

# Alkoholi ikääntymisen arjessa

Ilka Haarni  
dosentti  
tutkija



*Ilka Haarni & Lotta Hautamäki*

# IKÄÄNTYVÄT JUOMATAVAT

ELÄMÄNKOKEMUS JA NUUTTAVA SUHDE ALKOHOLIIN

*gundamus*

usein

ruokajuomat,  
olut ja yömyssy  
päivittäin

mäyräkoirat  
ja kortinpeluu

saunaolut  
lauantaisin

lasi punaviiniä  
kynttilän-  
valossa

kossuvissy ja  
ristikot iltaisin

tuoppeja  
lähiökapakassa

viinikerho

juhlista jäänyt  
viinitilkka seuraavana  
päivänä

paljon

vähän

siideripullot  
puhelimessa  
rupatellessa

ruokajuomat  
kyläillessä

lounasvalkoviini

olut ruohonleikkuun  
jälkeen

ruokajuomat  
ja ”vielä  
yhdet”

konjakit voittoisan  
suomalaisurheilijan  
kunniaksi

glögi joululaulu-  
illassa

lasi punaviiniä  
jouluna

harvoin

# Nykyisten ikääntyvien juomatavat

Alkoholinkäyttö on arkipäiväistynyt: normaalia

Monenlaisia juomatapoja

Alkoholinormit ovat kirjavaa

# Ikääntyvien elämässä

Alkoholi on osa arkea

- kotona
- erilaisissa tilaisuuksissa
- ravintolassa
- ystävien kanssa
- perheen kesken
- yksin

# Suhde alkoholiin

Ajanjakso ja muuttunut alkoholikulttuuri

Nuoruuden ja lapsuuden alkoholikasvatus

Omat ja lähipiirin kokemukset

Muutokset elämäntilanteessa

Vanheneminen vs. eläkkeelle jääminen

# Juomisen monet tavat eläkeiässä

Ruokajuominen

Juhlajuominen

Seurajuominen

Palkintojuominen

Taukojuominen

Rentoutusjuominen

Tapajuominen

Lohtujuominen

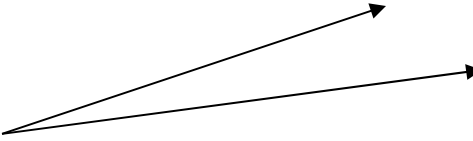
# Ikääntyvien alkoholinkäyttötyylit

## T a i t o

		Hallittu		Hallitsematon
<b>M</b> <b>ä</b> <b>ä</b> <b>r</b> <b>ä</b>	Iso	"kosteaa"	↔	juopottelu
	Kesk	↑ vakiintunut		↑ reaktiivinen
	Pien	erityistilanteet		satunnainen



# Elämänkulunäkökulma: ikäntyvien juomisurat

Nouseva 

Tasainen 

Laskeva 

Aaltoileva 

Katkennut 

# Liiallisen alkoholinkäytön vaihtelevat määrittelyt

Henkilökohtainen

Aistimuksellinen

Riskitietoinen

Sosiaalinen

Työikäisten suurkulutusraja

# Sopivan alkoholinkäytön arvioimisen kriteerit

yhteisöllinen

TUOMITTAVUUS

moraali

HYVÄKSYTTÄVYYS

paljon

terveys?

vähän

HEDONISMI

itsehallinta

ASKETISMI

yksilöllinen

# Ikääntyvien juomatapojen julkilausutut ideaalit

Kokemus ja viisastuminen

Pyrkimys kohtuuteen ja miellyttävään  
olotilaan

Humalan ja krapulan välttäminen

Itsemäärääminen

# Alkoholin puheeksiotto

Asiallinen ja neutraali suhtautuminen

Alkoholinkäytöstä kysyminen luontevana osana terveydenhoitoa ja muita palveluita

Riittävästi tietoa ikääntymisen, sairauksien ja lääkityksen vaikutuksista suhteessa alkoholinkäyttöön

Elämäntavan, -tilanteen ja kokemuksen huomioiminen  
- voimavaranäkökulma

Kehon kuunteluun kannustaminen