

Förebygg ungas ANT-bruk genom undervisning med läkarstudenter - Utvärdering av det preventiva alkohol-, narkotika- och tobaksprogrammet TUTCH

Mikaela Persson¹ Sara Tunlid²

¹Projektledare på Insamlingsstiftelsen Choice, Artillerigatan 6, 114 51 Stockholm. E-post: mikaela@stiftelsenchoice.se ²Projektledare på Insamlingsstiftelsen Choice. E-post: sara@stiftelsenchoice.se.

Insamlingsstiftelsen Choice utvecklade under 2013 utbildningsprogrammet TUTCH som syftar till att förebygga skadligt bruk av alkohol, narkotika och tobak (ANT) bland gymnasieelever. Utbildningen hålls av läkarstudenter från Karolinska Institutet i Solna och Hälsouniversitet i Linköping. Resultat från den utvärdering som gjordes under 2013 presenteras i denna artikel. Bland annat rapporterar 53 % av eleverna att de upplever minskad lust att prova eller bruka narkotika och 50 % upplever minskad lust att prova eller bruka tobak. En majoritet av eleverna, 67 %, anger att undervisningen har väckt tankar kring deras eget ANT-bruk och dess effekter på kroppen.

During 2013, Choice Foundation developed an educational program aiming to prevent harmful use of alcohol, narcotics and tobacco (ANT) among high school students. The program is held by doctor students from Karolinska Institute and Linköping University. All classes that participated in the program in 2013 also participated in an evaluation of which the results are presented in this article. Results include that 53 % of the students experienced a reduced desire to try or use narcotics and 50 % experienced a reduced desire to try or use tobacco. Among 67 % of the participants, thoughts have awakened concerning their own ANT-usage and its effect on their bodies.

Introduktion

Alkohol, narkotika och tobak (ANT) är kända riskfaktorer för ohälsa och kan orsaka en rad hälsoproblem bland unga. Det inkluderar exempelvis sociala och psykologiska problem som kan ta sig uttryck i svårigheter i skolan, oskyddat sex, våld, trafik- och fallolyckor, skador och i värsta fall självmord (1). Ungdomar är särskilt sårbara

för negativa konsekvenser på grund av ANT-bruk eftersom hjärnan fortfarande utvecklas. Alkohol, narkotika och tobak kan därför störa den emotionella, kognitiva, sociala och fysiska utvecklingen av hjärnan (1). Intresset för alkohol, narkotika och tobak växer ofta fram under tonåren och en tidig ANT-debut är kopplad till ökad konsumtion

och ökade hälsoproblem i vuxen ålder (2). Det finns en stark politisk vilja till att förebygga ANT-bruk bland unga och behovet av evidensbaserade metoder är stort (3).

ANT-trender bland skolungdomar

Enligt Centralförbundet för alkohol och narkotikaupplysning (CAN) årliga undersökningar av skolelevers drogvanor har alkoholkonsumtionen bland unga minskat (4). I den senaste rapporten från 2013 angav 77 % av eleverna i årskurs två på gymnasiet att de har ett alkoholbruk. Det kan jämföras med 2004 då ca 90 % i samma årskurs angav ett bruk (5). Antalet storkonsumenter av alkohol har också minskat, likaså berusningsdrickandet och den totala alkoholkonsumtionen (4).

Narkotika har däremot ökat bland gymnasieungdomarna och cannabis är den vanligaste drogen i denna åldersgrupp. Andelen elever i årskurs två på gymnasiet som någon gång har använt cannabis har ökat och 2013 angav 19 % av killarna och 14 % av tjejerna att de någon gång använt narkotika (4,5). Det ökande cannabisbruket uppmärksammas allt mer som ett växande hot mot ungas hälsa.

Angående tobak visar CANs rapporter en liten ökning, eller ingen förändring, i andelen elever som röker i årskurs två på gymnasiet. Bland killarna angav 25 % att de röker 2013 och bland tjejerna var andelen 31 % (4).

ANT-prevention bland unga

Flera satsningar har gjorts för att förebygga skadligt ANT-bruk bland unga

i Sverige, mycket tack vare ett stort politiskt engagemang. Regeringen har lyft fram skolan som en viktig arena för att nå barn och ungdomar i syfte att förebygga skadligt ANT-bruk (6). I mars 2011 fastställdes även en samlad strategi för alkohol-, narkotika-, dopnings- och tobakspolitiken där flera av de prioriterade målen innefattar implementering av insatser och metoder för att främja hälsan bland just barn och unga (3).

Insamlingsstiftelsen Choice & utbildningsprogrammet TUTCH

Insamlingsstiftelsen Choice är en ideell, politiskt- och religiöst obunden organisation som grundades i januari 2010 mot bakgrund av den bristande kunskap många unga visar gällande ANT-bruks påverkan på kroppen (7). Tillsammans med läkarstudenter vid Karolinska Institutet i Solna och Hälsouniversitetet i Linköping arbetar stiftelsen för ökad kunskap kring kroppen och förbättrad hälsa bland ungdomar.

Under våren 2013 utvecklade Insamlingsstiftelsen Choice ett nytt utbildningsprogram för att motverka skadligt bruk av alkohol, narkotika och tobak bland skolungdomar (7). Arbetet skedde inom ramen för det Arvsfondsfinansierade projektet ”Ungdomar utbildar ungdomar”, vilket är ett treårigt ANT-förebyggande projekt riktat till gymnasieelever i åldern 15-19 år. Det framtagna utbildningsprogrammet fick namnet TUTCH, *Teens Understanding and Taking Control of Health*, och syftar till att ungdomar ska lära sig att förstå alkoholens, narkotikans och tobakens effekter på kroppen. Genom preven-

tiva insatser i gymnasieskolor undervisar läkarstudenter eleverna om människokroppen och hur den påverkas av alkohol, narkotika och tobak. Målet är att eleverna ska få den kunskap och motivation de behöver för att själva ta ställning och göra medvetna val kring sitt ANT-bruk och sin hälsa. Vidare syftar undervisningen till att påverka, nyansera och förändra hälsoskadliga värderingar bland eleverna och därmed är förhoppningen att minska alkoholen, narkotikans och tobakens betydelse i det sociala samspelet mellan ungdomar.

TUTCH består av en undervisningsserie i två delar och ett efterföljande fördjupningsarbete av eleverna (7). Undervisningstillfällena har båda karaktären av interaktiv föreläsning kombinerat med gruppdiskussion kring kliniska patientfall. Viktigast av allt är att väcka elevernas intresse kring frågor som rör kroppen som funktionell enhet och hur man genom aktiva beslut kan påverka risken för framtida ohälsa. Det efterföljande fördjupningsarbetet är ett sätt för eleverna att arbeta vidare med olika aspekter på människokroppen och alkohol, narkotika eller tobak som de tycker är särskilt intressanta. Med utbildningsprogrammet TUTCH vill Insamlingsstiftelsen Choice ge gymnasieskolor möjligheten att arbeta ANT-förebyggande med sina elever. Undervisningen är därför utformad så att den kan inkluderas i flera av gymnasieskolans kurser, exempelvis naturkunskap, biologi samt idrott och hälsa. I syfte att mäta eventuell kunskapsförhöjande effekt, attitydpåverkan

och TUTCHs praktiska tillämpbarhet genomför Insamlingsstiftelsen Choice kontinuerliga utvärderingar av läkarstudenternas undervisningar.

Metod

Under våren 2013 pilottestades och utvärderades TUTCH i tre utvalda klasser på Stockholmsskolor med olika gymnasieprogram. Detta gjordes i syfte att värdera TUTCHs kunskapsförhöjande effekt, om undervisningen påverkade elevernas attityder samt för att bedöma programmets praktiska tillämpbarhet och hur anpassningsbar programmet är till olika klasser. Utvärderingen bestod av enkäter till eleverna samt intervjuer med de ansvariga lärarna och de undervisande läkarstudenterna. Totalt innefattade utvärderingen 69 enkäter med fullständiga svar utifrån de inklusionskriterier som tagits fram.¹ Resultaten visade att metoden kunde anpassas till olika klasser och gymnasieprogram samt att eleverna lärt sig både om kroppens anatomi, fysiologi och hur den påverkas av alkohol, narkotika och tobak. En majoritet av eleverna rapporterade även att TUTCH fick dem att reflektera kring deras eget ANT-bruk och många angav att de upplevde minskad lust till att bruka alkohol, narkotika eller tobak.

Dessa positiva resultat gav incitament till att sprida TUTCH vidare till fler gymnasieskolor och klasser. Baserat på utvärderingens resultat gjordes ett fåtal justeringar för att förbättra TUTCH, såsom skriftliga riktlinjer för elevarbetet och mer information om tobak redan vid första undervisningstillfäl-

¹ Hela rapporten finns att läsa på: www.stiftelsenchoice.se

let. Under höstterminen genomfördes sedermera TUTCH i sju klasser. Eleverna ombads fylla i samma enkät som under vårens utvärdering, vilket genererade i 171 enkäter enligt vårens inklusionskriterier. Ett urval av lärarna intervjuades med samma semistrukturerade intervjuguide och samtliga läkarstudenter som undervisade fick rapportera hur de upplevde undervisningstillfällena. För att skapa en helhetsbild av TUTCHs kunskapshöjande och attitydpåverkande effekt för hela 2013 har vårens och höstens enkäter lagts ihop och analyserats i frekvensberäkningar med hjälp av Excel och SPSS (n=240). Intervjuerna med de ansvariga lärarna spelades in och transkriberades delvis för att dokumentera viktiga åsikter och upplevelser.

Urval

Den sammanslagna utvärderingen för 2013 är baserad på tio olika gymnasieklasser från sex olika gymnasieskolor i Stockholm och Linköping. Tack vare skolornas varierande profilriktningar kunde TUTCH implementeras i flera olika gymnasieprogram. De lärare som intervjuades är de lärare som av

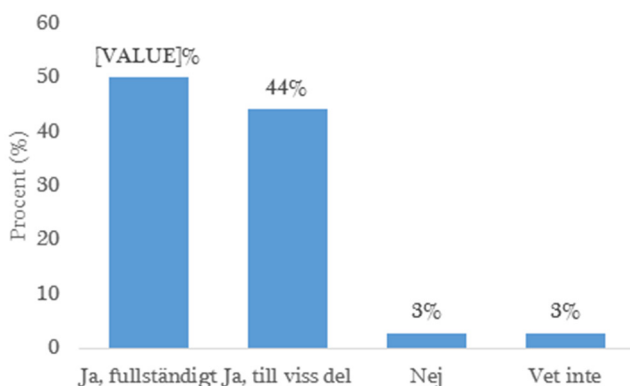
praktiska skäl hade tid för intervjun i anslutning till elevernas redovisningstillfälle (n=5). De övriga lärarna fick delge sina erfarenheter och tankar via mail eller i reflekterande samtal vid senare tillfällen, dock inte i form av en intervju. Allas åsikter återfinns dock presenterade.

Resultat

Av de 240 respondenterna är 61 % (n=147) tjejer, 35 % (n=83) killar och 3 % (n=6) identifierar sig varken som kille eller tjej. Uppgifter om kön saknas för 2 % (n=4). Fyra av klasserna är årskurs ett, tre klasser är årskurs två och tre klasser är årskurs tre på gymnasiet.

Kunskapshöjande effekter

Samtliga elever utom en respondent, anger att de lärt sig någonting nytt från läkarstudenternas undervisningar. En majoritet, 66 % (n=159), anger att de lärt sig mycket nytt. Huruvida eleverna lärt sig hur kroppen påverkas av alkohol, narkotika och tobak anger 40 % (n=97) fullständigt och 58 % (n=140) till viss del. Endast 1 % (n=2) anger att de inte lärt sig hur kroppen påverkas



Figur 1. Andel elever som med hjälp av TUTCH känner att de kan fatta kunskapsbaserade val kring sitt eget ANT-bruk (n=240).

av alkohol, narkotika och tobak och en person anger svarsalternativet vet inte. Det här visar på en tidigare lucka i elevers kunskap kring alkohol, narkotika och tobak och deras påverkan på kroppen som TUTCH delvis fyllt.

Många elever anger ett vidare intresse för att lära sig mer om kroppen och alkohol, narkotika och tobak, särskilt nyfikna anger sig många vara på hjärnan och narkotika. Av eleverna anger 97 % (n=232) att de tycker att det är viktigt att ha kunskap om alkohol, narkotika och tobak och deras påverkan på kroppen. Huruvida eleverna känner att de kan applicera den kunskap de lärt sig till sina egna ställningstaganden visas i Figur 1.

Attitydpåverkan

Bland eleverna är det 67 % (n=160) som anger att den kunskap som de erhållit från TUTCH har väckt tankar hos dem själva kring deras eget ANT-bruk och kropp. Huruvida dessa tankar och den nya kunskapen har påverkat elevernas attityder till att prova eller bruka alkohol, narkotika eller tobak visas i Tabell 1.

Många elever redogör för ett tidigare ställningstagande mot narkotikabruk

och tobak vilket kan förklara den höga andelen elever med oförändrad lust till dessa droger. Alkohol är den drogen som flest elever har oförändrad lust till att prova eller bruka. Det kan förklaras av att alkohol idag är en socialt accepterad drog bland både ungdomar och vuxna. Det kan därför vara svårare att förändra attityder kopplade till alkoholkonsumtion. Att 17 % av eleverna ändå uppger minskad lust till att prova eller bruka alkohol bör därför inte undervärderas. Den ökning som finns till lust att bruka både alkohol, narkotika och tobak kan bero på ett höjt intresse kring substanserna som dock inte nödvändigtvis tyder på en ökad tendens att prova eller bruka alkohol, narkotika eller tobak.

Elevernas, lärarnas och läkarstudenternas upplevelser av TUTCH

Eleverna tycker genomgående att det är bra att det är just läkarstudenter som håller i undervisningarna. Majoriteten, 81 % (n=195), anger att de tycker att det är mycket bra, 15 % (n=37) tycker att det är bra, 3 % (n=7) tycker varken att det är bra eller dåligt och en person angav svarsalternativet vet inte. Att läkarstudenterna utgår ifrån fakta och exempel av riktiga patienter gör att kunskapen blir tillämpbar i verkliga

Tabell 1. Andel elever som upplever förändrad lust att bruka ANT efter TUTCH (n=240)*.

	Alkohol	Narkotika	Tobak
Mer lust	5 % (13)	7 % (16)	4 % (10)
Mindre lust	17 % (40)	53 % (126)	50 % (121)
Oförändrat	74 % (177)	38 % (90)	40 % (97)
Vet inte	4 % (10)	3 % (8)	5 % (12)
Totalt	100 % (240)	101 % (240)	99 % (240)

* Procenten kan skilja sig från etthundra på grund av avrundning.

livssituationer på ett annat sätt än teoretisk information. Läkarstudenternas unika kombination av stor teoretisk och praktisk kunskap är ett av skälen som flera lärare framhåller som avgörande för att göra undervisningen både intressant och trovärdig.

"Det var många bra exempel som gjorde att man förstod bättre, exempelvis när doktorn undersökte personer från klassen." - Elev årskurs 1

"Det blir ju äkta. Eleverna känner att de blir bra bemötta. De känner att undervisningen blir seriös när det kommer hit experter." - Gymnasielärare

Lärarna anser att TUTCHs upplägg med två undervisningstillfällen och ett eget arbete är bra. De framhåller att det egna arbetet är ett bra sätt för eleverna att fördjupa sig inom alkohol, narkotika och tobaksproblematiken och ger eleverna möjlighet att lära sig mer om det de tycker är särskilt intressant. På frågan om eleverna lärt sig någonting från varandras redovisningar svarade 36 % (n=87) att de lärt sig mycket, 55 % (n=132) svarade lite, 7 % (n=16) svarade nej och 2 % (n=5) angav svaret vet inte.

Lärarna berättar att de tycker att TUTCH är ett bra sätt att kombinera ordinarie kurser med ANT-undervisning. Samtliga lärare poängterar att undervisningen uppskattas av eleverna mycket tack vare att den relaterar till deras eget kontext och att eleverna därför kan identifiera sig i ANT-problematiken och samtidigt jobba mot den aktuella kursens lärandemål. Un-

dervisningen blir på så sätt relevant för eleverna på ett personligt plan och inte bara för att få ett betyg. I stort sätt samtliga elever, 94 % (n=225) rekommenderar att fler gymnasieklasser ska få ta del av TUTCH.

Läkarstudenterna ser en stor mening i att utbilda gymnasieelever kring kroppen och alkohol, narkotika och tobak då det kan bidra till att förebygga olyckor och sjuklighet. Vidare rapporterar läkarstudenterna att de känner att de gör en bra sak för ungdomarna samtidigt som de själva blir bättre på att förmedla hälsoinformation, vilket de kan ha användning av i den kliniska verksamheten i möten med patienter. Sammantaget identifierar läkarstudenterna ökad kunskap som det första nödvändiga steget för att kunna påverka elevernas attityder till alkohol, narkotika och tobak. För att åstadkomma en beteendeförändring föreslår läkarstudenterna en uppföljning av undervisningen och en återkoppling till eleverna, förslagsvis innehållande nya undervisningstillfällen vid ett senare tillfälle under gymnasieutbildningen.

"Jag tror att det faktum att vi försöker att vara så objektiva som möjligt, att informera utan att propagera eller moralisera, tillsammans med vår studiebakgrund gör oss till trovärdiga källor som kan nå fram till eleverna." - Läkarstudent

Diskussion

Av eleverna rapporterar 97 % att de efter TUTCH fullständigt eller till viss del anser att de vet allt de behöver veta om alkohol, 96 % om narkotika och 93 % om tobak och dess påverkan på

kroppen. Det tyder på att utbildningen ger eleverna viktiga verktyg för att kunna fatta kunskapsbaserade beslut angående deras eget ANT-bruk. Att eleverna anger att det är viktigt för dem att känna till hur alkohol, narkotika och tobak påverkar kroppen pekar på ett behov av vetenskapliga förklaringar som får ungdomar att förstå mekanismerna bakom varför alkohol, narkotika och tobak kan vara en risk för ohälsa.

67 % av eleverna rapporterar att TUTCH har väckt tankar hos dem om deras egna kroppar och alkohol, narkotika och tobak. TUTCH kan således tänkas medverka till att elever börjar reflekterar kring sitt eget beteende samt möjliggöra för elever att identifiera ett eget riskbeteende. Exempelvis har 53 % av eleverna fått minskad lust att testa narkotika, 50 % har minskad lust att bruka tobak och 17 % har minskad lust att dricka alkohol.

Resultaten visar på kunskapshöjande effekter om kroppen och alkohol, narkotika och tobak samt att elevernas attityder påverkats i förhållande till lust att bruka eller prova olika typer av alkohol, narkotika eller tobak. Det finns även stöd från litteraturen om att olika moment i TUTCH är effektiva för att uppnå kunskapshöjande effekter och för att kunna påverka elevers attityder till alkohol, narkotika och tobak².

Kunskapshöjande och attitydpåverkan är rimliga mål för TUTCH då programmet tillämpas inom gymnasiet. Kunskap och attityder är även första stegen mot möjliga beteendeföränd-

ringar. För att bedöma vidmakthållandet av dessa effekter samt möjliga beteendeförändringar krävs efterföljande uppföljning. För att bedöma huruvida detta påverkar elevernas ANT-bruk krävs uppföljning av utvärderingen. Mätningar före och efter TUTCH kan också ge en tydligare insyn i beteenden och attityder till alkohol, narkotika och tobak.

Ett möjligt problem med 2013s utvärdering är att TUTCH justerades på ett par ställen efter pilottestet under vårterminen. Det skulle kunna medföra att vårens och höstens utvärderingar kan skilja sig något åt. Eftersom samma enkäter använts och endast ett fåtal justeringar gjorts sedan vårterminen bedöms det att en sammanställd utvärdering för 2013 är relevant för att få en överblick av hela 2013. Enkätsvaren är mycket lika i samtliga klasser vilket påvisar en hög grad av återskapning vilket styrker tillförlitligheten av resultatet.

Slutord

TUTCH bidrar inte bara till ökad kunskap bland gymnasieeleverna om kroppen och ANT-bruk, utan fyller också en viktig roll i skolans ANT-arbete. Den verksamhet som Insamlingsstiftelsen Choice bedriver ligger inom ramen för skolans grunduppdrag men efterfrågan på TUTCH från Stockholms och Linköpings gymnasieskolor är stor då TUTCH har visat sig skapa ett tydligt mervärde och främja behov som skolorna och lärarna i dagsläget har svårt att tillgodose. Läkarstudenternas undervisning bör därför ses som ett uppskattat och efterfrågat komple-

² Läs mer i utvärderingsrapporten på: www.stiftelsenchoice.se

ment till skolornas egen verksamhet.

Redogörelse av eventuell intressekonflikt

Insamlingsstiftelsen Choice finansieras med bidrag från andra stiftelser. Inga intressekonflikter finns att deklarerera.

Referenser

1. Statens folkhälsoinstitut, FHI. (2013). Barn och unga 2013 – utvecklingen av faktorer som påverkar hälsan och genomförda åtgärder, Samordnad folkhälsorapportering. Tillgänglig: <http://folkhalsomyndigheten.se/pagefiles/12824/R2013-02-Barn-och-unga-2013.pdf> [Hämtad 2014-01-28].
2. Eliassen, M., Kjær, S. K., Munk, C., Nygård, M., Sparén, P., Tryggvadottir, L., Liaw, K-L., Grønbaek, M. (2009). The relationship between age at drinking onset and subsequent binge drinking among women. *European Journal of Public Health*, 19, (N4); 378-382.
3. Socialdepartementet. (2011). Alkohol, narkotika, dopning och tobak i Sverige. Tillgänglig: <http://www.regeringen.se/sb/d/14853> [Hämtad 2014-01-28].
4. Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN. (2013). Skolevers drogvanor 2013. Rapport 139. Tillgänglig: <http://www.can.se/sv/Rapporter/Skolevers-drogvanor-2013/> [Hämtad 2014-01-20].
5. Centralförbundet för alkohol- och narkotikaupplysning, CAN. (2004). Skolevers drogvanor 2004. Rapport 84. Tillgänglig: <http://www.can.se/PageFiles/1682/CAN-rapportserie-84-skolevers-drogvanor-2004.pdf?epslanguage=sv> [Hämtad 2014-01-28].
6. Regeringskansliet. (2010). Regeringens åtgärdsprogram för alkohol-, narkotika-, dopnings- och tobakspolitiken 2010. Tillgänglig: <http://www.regeringen.se/sb/d/12646/a/139320> [Hämtad 2014-01-28].
7. Insamlingsstiftelsen Choice. (2013). Insamlingsstiftelsen Choice. Tillgänglig: www.stiftelsenchoice.se. [Hämtad 2014-01-28].

Smt och web besök

Under de senaste åren har allt fler besökt smt's webbsidor. År 2013 genomfördes 29 392 varav 24579 var från Sverige. År 2012 var det totalt 21 924 besök. Av besökarna 2013 var 8 971 återbesökare av vilka 5 305 gjorde 3 eller fler besök under året. Från övriga Nordiska länder var 2 360 från Norge, 1 084 från Finland och 405 från Danmark. Inom Sverige var det 8 644 besökare från Stockholms läns landsting, 3 503 Västra Götaland, 2 565 Skåne regionen, drygt 900 från vardera Östergötland, Gävleborg, Jönköping och Uppsala landsting. De som besöker websidorna ser på 3,35 sidor per besök.