

# Anhörigstöd - en viktig del av vården?

Ingrid Lindholm, praktiker/möjliggörare inom området anhöriga till personer med psykisk ohälsa, Nka

# Innehåll

- Hur ser anhörigas situation ut?
- Vilket stöd finns idag och hur ser det ut?
- Den nationella anhörigstrategin
- Goda exempel av anhörigstöd
- Är anhöriga en viktig del av vården?

# Nka



- Nationellt kompetenscenter anhöriga
- Uppdrag och medel från Socialstyrelsen
- Att ge kunskapsstöd till region, kommun, idéburen organisation samt enskilda aktörer
- Samla kunskap om anhörigas situation
- Kunskapsöversikter, inspirationsmaterial
- [Webbutbildningar](#)
- Forskning, knutet till Linnéuniversitetet
- Hemsida; [anhoriga.se](http://anhoriga.se)



# Vad kan Nka erbjuda?

- Stöd och utbildning; utbildningsprogram
- Metoder och verktyg; MeWe, BLN osv
- Studiecirklar; Vuxensyskon med fler
- Forskning inom området
- Specifika ämnesområden
- Podd
- Bibliotek
- Nationella anhörigdagen 6 okt



# Anhöriga - närstående

Anhöriga - här använder vi begreppet anhöriga i vid bemärkelse. Dvs personer i den närmsta familjen, men också vänner, kollegor eller andra personer som är nära en person som mår dåligt.

Närstående – den person som tar emot vård och omsorg

Hur ser anhörigas situation ut?



# Anhöringskap, anhörigomsorg och anhörigstöd, en nationell kartläggning 2018

- Omfattning, typ av stöd, konsekvenser
- Hösten 2018, 30 000 enkäter (SCB), 18 år och äldre svarsfrekven 37,3 %
- 1,3 miljoner (16% av vuxna befolkningen) ger vård, hjälp eller stöd till en närstående
- 150 000 har slutat sitt arbete eller gått ner i arbetstid
- 55% kvinnor, 23% är 65 år eller äldre
- Genomsnitt 13h/vecka
- Kommer två nya rapporter under hösten

# Exempel på konsekvenser

- 56-64% alltid eller ofta är psykiskt påfrestande
- 34% alltid eller ofta svårt att hinna umgås med vänner
- 28-37% upplever alltid eller ofta känsla av tillfredställelse
- 18% minskat arbete/studietimmar (2% sjukskrivna)





## Vilket stöd får anhöriga?

<b>Erbjudits stöd från kommunen?</b>	<b>Gr A</b>	<b>Gr B</b>
Ja, generellt nöjd	8%	13%
Ja, generellt missnöjd	4%	4%
Ja, men tackat nej	1%	1%
Nej, har ansökt men fått avslag	2%	2%
Nej, men vet vem som skall kontaktas	20%	25%
Nej, vet inte vem som skall kontaktas	65%	56%

# ”Vem hjälper dem som hjälper”

- Enkätstudie NSPH Anhörigprojekt
- 1395 svaranden
- 74% behöver stöd för egen del
- 48% sjukskrivna
- 3% upplever att det finns kunskap hos vård- och omsorgspersonal
- 99% upplever oro

Vilket stöd finns idag och hur ser  
det ut?

# Socialtjänstlagen

5 Kap, 10 §

*”Socialnämnden ska erbjuda stöd för att underlätta för de personer som vårdar en närstående som är långvarigt sjuk eller äldre eller som stödjer en närstående som har funktionshinder”*

# Stöd finns

- Verkar för att:
  - Sprida kunskap
  - Träffa andra i liknande situation
  - Hålla i studiecirkclar
  - Ge stöd och gemenskap
  - Verka intressepolitiskt
- Idéburen verksamhet, regioner, studieförbund, trossamfund, privata aktörer



# **Nationell anhörigstrategi – inom hälso- och sjukvård och omsorg**

# Vilka behov har anhöriga?

- att den närstående får bra vård och omsorg
- att insatserna till den närstående ges med ett anhörigperspektiv
- att det finns stöd att få för egen del



## Utveckla stödet

- Gör anhörigas behov av stöd synligt och stärk anhörigperspektivet på alla nivåer
- Låt kunskapen om anhörigas behov påverka alla beslut om vård och omsorg
- Gör stödet mer flexibelt och anpassat efter individer
- Se till att barn och unga får det stöd som de behöver
- Digitala lösningar kan ge möjlighet till nya sorters stöd





# Ett "anhörigperspektiv" – vad menas med det?

- Ett förhållningssätt som innebär att personal inom vård och omsorg – på alla nivåer
  - ska se och lyssna på anhöriga
  - hålla dem informerade
  - uppmärksamma deras behov av stöd för egen del
- Personalen ska också ha kunskap om vad det innebär att vara anhörig och ge omsorg
- I strategin betonas att det här förhållningssättet ska följa med genom hela vård- eller omsorgsresan

# Hälsofrämjande åtgärder

- *”Anhöriga är i hälso- och sjukvårdslagstiftningens mening framförallt adresserade i sin egen rätt, där hälso- och sjukvårdens ansvar är att förebygga ohälsa, vilket också innefattar ett ansvar för att identifiera och arbeta hälsofrämjande och förebyggande med personer vars risker för ohälsa beror på hans eller hennes anhörigskap.*
- *”Befolkningsstudier genomförda av Socialstyrelsen 2012 och Nka 2018 har visat att personer som regelbundet ger vård, hjälp eller stöd till en närstående har sämre upplevd hälsa än övriga befolkningen, vilket kan tyda på att det behövs ett tydligare anhörigperspektiv i både den regionala och kommunala hälso- och sjukvården.”*
- S.9 i Nationella anhörigstrategin

# Vilken typ av eget stöd efterfrågar anhöriga?

- Anhöriga är ofta i behov av olika typer av stödinsatser för egen del. Det kan handla om utbildning, stödsamtal, avlastning och ekonomisk stöd.
- Stödet ska präglas av en proaktiv, individanpassad, förebyggande och uppsökande insats
- Stödet också behöver erbjudas i god tid, genom flera kanaler och vid upprepade tillfällen eftersom anhörigas behov, och insikten om de egna behoven, förändras över tid

Goda exempel

# Goda exempel

- Fråga
- Hänvisa
- Uppmärksamma
- Hjälpmedel, folder
- Ställ de enkla frågorna:
  - Hur har du det?
  - På vilket sätt vill du vara delaktig?
  - Hur mår DU som anhörig just nu?
  - Behöver du hjälp med något?
- Var tydlig med att stödet som anhöriga ger är frivilligt och att samhället har ansvaret för vården och omsorgen



# Vilken kunskap har de anhöriga vi möter?

- Vilken förkunskap har den anhöriga egentligen?
- Var börjar och slutar en kommun?
- Vem ansvarar för vad?
- Psykiatri kontra socialpsykiatri
- Socialtjänst?
- Vård och omsorg?
- Vad vet den anhöriga om sjukdomen/funktionsnedsättningen?



## Tillsammans bygger vi ett starkare anhörigstöd

- Bjud in till samtal med kollegor, chefer och politiker för att samordna och utveckla insatserna lokalt och centralt.
- Ta initiativ till samtal med myndigheter och organisationer som finns runt den närstående. Det är inte bara vården och omsorgen som behöver hitta nya rutiner för att se och stödja anhöriga.
- Använd gärna Nka:s folder som underlag för samtal.

Alla steg framåt är viktiga!





# Kontakt och information

Ingrid Lindholm, tel/mobil: +46 72 465 83 77

E-post: [ingrid.lindholm@anhoriga.se](mailto:ingrid.lindholm@anhoriga.se)

---