

Anhörigstöd - Introduktion

Innehåll

Inledning	2
Mål	2
Referenser	3
Litteratur	3
Webbsidor	3
Telefonstöd för anhöriga och andra	4
Utbildning för personal	5
Linnéuniversitetets webbutbildning om barn som anhöriga	5
Inspirationsfilmen, "Om inte anhöriga fanns", i Pingpong	5
Dokumenthistorik	5

Inledning

Med begreppet anhörig avses det nätverk av personer och relationer som finns runt patienten eller som patienten själv väljer. Det är inte patientens diagnos som är avgörande för att anhöriga behöver stöd – det är i vilken omfattning anhöriga påverkas som avgör.

Att vara efterlevande anhörig, barn eller vuxen, eller anhörig till någon sjuk, eller funktionshindrad person, fysiskt eller psykiskt, är i sig en riskfaktor för ohälsa. Det är därför av stor vikt att anhöriga barn och vuxna och deras egna behov, på ett tidigt stadium, uppmärksammas av all personal inom regionens verksamheter.

Anhöriga spelar en viktig roll för patienten vare sig de är barn eller vuxna. En allvarligt sjuk föräldrar påverkas i sitt tillfrisknande av vetskapen om hur barnen mår. En vuxen anhörigs kunskaper om patienten är också en viktig samarbetspartner för personalen i vården.

Med trygga och välinformerade anhöriga ökar vi också tryggheten runt patienten och minskar därmed risken för ohälsa hos såväl anhörig som patient.

Anhörigas egen kunskap om patienten är också av betydelse för att öka säkerheten runt patienten.

I Vårdrutinen för stöd till anhöriga barn och vuxna finns det tips och förslag om metoder och rutiner för att underlätta i det stödjande arbetet med anhöriga barn och vuxna. Här finns också hänvisningar till litteratur och hemsidor för att öka din egen och anhörigas kunskap om hur man kan stödja anhöriga barn och vuxna. Hänvisningar finns också till litteratur, blogg och hemsidor för att öka förståelsen för anhöriga och anhörigas situation, barn, vuxna och efterlevande, samt en lista över stödjande organisationer utanför Region Uppsala och kommunerna som anhöriga kan få hjälp att få information om.

Via regionens lärplattform Pingpong finns också en film som är tänkt att vara ett stöd i ett utvecklingsarbete för att stödja anhöriga barn och vuxna. Materialet heter "Om inte anhöriga fanns".

Mål

Målet är att det ska finnas rutiner för **all personal som ofta möter patienter och deras anhöriga** för att:

1. Efterfråga anhöriga barn och vuxna.
2. Ge anhöriga barn och vuxna information, råd och stöd.

Referenser

Här nedan kommer ett antal dokument som kan användas som stödmaterial att ge till anhöriga eller för att fördjupa sin kunskap om anhörigas situation.

Det finns också tips på webbsidor för att hämta kunskap eller stöd och ett antal telefonnummer som kan ges till anhöriga om de vill prata med någon medmänniska.

Litteratur

Grimby Agneta & K Johansson Åsa, (2009). Handbok om sorg.

Nedladdningsbar och tillåten att skriva ut. Webb: [Handbok om sorg, SPES.se \(pdf\)](#).

Magnusson Catharina, (1999), Och alla vi anhöriga?

Jörgensdotter Anna, (2013), Att finnas till för någon.

Lexhed Jenn, (2009), Det räcker inte med kärlek.

Dyregrov Atle, (1990), Barn i sorg.

Dyregrov Atle, (1995), Att ta avsked.

Gyllenswärd Göran, (1997), Stöd för barn i sorg.

Stalfelt Pernilla, (2011), Dödenboken.

Jewett Jarrett Caludia, (1996) Barn som sörjer.

Grimby Agneta (2001), Sorg bland äldre.

Dahl Per Arne (2012), Något att hoppas på – när det värsta har hänt.

Wilöf Marianne (2009,) Vägar ut ur sorgen.

Lennéer Axelson Barbro (2010), Förluster – om sorg och livsomställning.

Webbsidor

[Nationellt kompetenscentrum anhöriga \(Nka\), Anhöriga.se](#).

Nationellt kompetenscentrum för anhöriga är en samarbetsresurs för att utveckla framtidens anhängstöd för barn och vuxna. På hemsidan får du information om anhängstöd, aktuella händelser, forskning och utveckling inom anhängsområdet. Där finns även information om barn som anhöriga och andra specialområden.

Personal som arbetar på NkA kan också vara behjälpliga att svara på frågor, ordna ett seminarium eller på annat sätt aktivt hjälpa till att stödja er utveckling av anhängstöd.

[Barndialogen – ett unikt arbete i Jönköpings län, Anhöriga.se](#).

Jönköpings län är ett gott exempel på hur man kan utveckla stöd till barn som anhöriga. Under fliken "Barn som anhöriga" kan man ta del av deras arbete och rutiner.

<http://www.dodsviktigt.nu/>.

För barn som behöver prata om döden.

[Randiga huset.se](http://Randiga.huset.se).

Stöd till familjer som har eller kommer att förlora en viktig person i dödsfall. Randiga huset arbetar utifrån ett barn- och ungdomsperspektiv.

[Nära Cancer.se](http://Nara.Cancer.se).

Mötesplats för unga personer som står nära någon som har cancer. Kunskap inom området får du både genom texter, filmer och radioprogram eller från sjukvårdspersonal.

Cancerfonden.se.

Information, råd och stöd för patienter med cancer och deras anhöriga.

[Riksförbundet Balans.se](http://Riksförbundet.Balans.se).

För personer med erfarenhet av depression eller bipolär sjukdom, egen eller som närstående.

[SPES suicidprevention efterlevnadsstöd.se](http://SPES.suicidprevention.efterlevnadsstod.se).

SPES, som på latin betyder HOPP, är ett riksförbund för anhöriga och närstående till någon som tagit sitt liv.

Sorgmottagningen.se.

Länkar till etablerade föreningar som stödjer anhöriga i sorg.

[Samarbete för människor i sorg \(SAMS\).se](http://Samarbete.för.människor.i.sorg.(SAMS).se).

SAMS står för SamArbete för Människor i Sorg och består av fem föreningar som verkar för ökad kunskap om sorg och sorgereaktioner.

Telefonstöd för anhöriga och andra

Telefonkontakt:

Nationella hjälplinjen, telefon:	020-220 060.
Jourhavande medmänniska, telefon:	08-702 16 80.
Jourhavande präst, telefon:	112.
Rädda Barnens föräldratelefon, telefon:	020 – 786 786.
Röda korsets telefonjour, telefon:	0771-900 800.

Röda korset ungdom, jourhavande kompis, telefon: 020-222 444.
SFPH´s föräldratelefon, telefon: 020 – 852 000.
Sjukvårdsrådgivningen, telefon: 1177.

Utbildning för personal

Linnéuniversitetets webbutbildning om barn som anhöriga

Nationellt kompetenscentrum för anhöriga, har tillsammans med Linnéuniversitetet tagit fram en webbaserad utbildning om barn som anhöriga som all personal uppmanas att genomföra, se [Nationellt kompetenscentrum anhöriga \(Nka\), Anhoriga.se](https://anhoriga.se).

Utbildningen är öppen för alla och du registrerar dig enkelt med din e-postadress.

På sidan finns också ett antal filmer och kunskapsöversikter i ämnet som det är önskvärt att all personal ser och läser.

Inspirationsfilmen, "Om inte anhöriga fanns", i Pingpong

På Region Uppsalas intranät hittar du regionens lärplattform för utbildning på nätet, pingpong. Där finns en inspirationsfilm om anhöriga och anhörigstöd.

Filmen heter **Om inte anhöriga fanns** och är sammanlagt ca 20 minuter lång. Filmen är uppdelad i två delar där del 1 beskriver anhöriga som vårdar och stödjer och del två beskriver efterlevande anhöriga.

Dokumenthistorik

Författare:

Christianne Simson, Anhörigsamordnare.

Dokumentet skapades första gången i april 2017 och har reviderats fyra gånger.

Datum:

2024-07-05 Erika Sohtell. Dokumenthistorik har lagts till. Tillgänglighetsanpassat.