

# Pårørende er en ressource

## hvis vi tages alvorligt og bliver prioriteret



### LEDER

af Ebbe Henningsen, landsformand

Vi kan ikke løse alle problemer inden for psykiatrien ved at skabe bedre vilkår og ordentlige rammer for pårørende; men jeg er ikke et sekund i tvivl om, at et stærkere og mere markant fokus på pårørende fra psykiatrien og samfundets side, vil bringe os ganske langt. Og det vil hverken koste en bondegård eller spidsen af en jetjager.

Det sker en sjælden gang, at jeg møder nogle, der siger: 'Men hvorfor er de pårørende vigtige? Det er jo ikke dem, der er syge.' Jeg plejer at svare, at jeg er rigtig glad for lige præcis det spørgsmål, fordi det giver mig mulighed for at kaste lys over

både de pårørendes vilkår og de pårørendes potentielle betydning for den syge:

- Pårørende er en ressource: Forskningen viser, at man kan komme sig efter psykisk sygdom, og forskningen afdækker også, at muligheden for recovery er større, hvis de pårørende er involveret på en konstruktiv måde.
- At være pårørende er ensbetydende med en betydelig belastning, både i forhold til livskvalitet og i forhold til den arbejdsmæssige situation, herunder også at mange pårørende har været sygemeldt eller lignende som konsekvens af deres rolle og engagement som pårørende.
- Psykiatriens imageproblemer: Pårørende er i markant grad utilfredse med psykiatrien (to ud af tre), hvilket også er problematisk i forhold til befolkningens syn på psykiatrien.

Fra en række undersøgelser ved vi, at pårørende spiller en afgørende rolle for den enkelte syges muligheder for lande helt eller delvist på benene igen. Mest iøjnefaldende er en undersøgelse, der er gennemført af den anerkendte psykiater McFarlane.

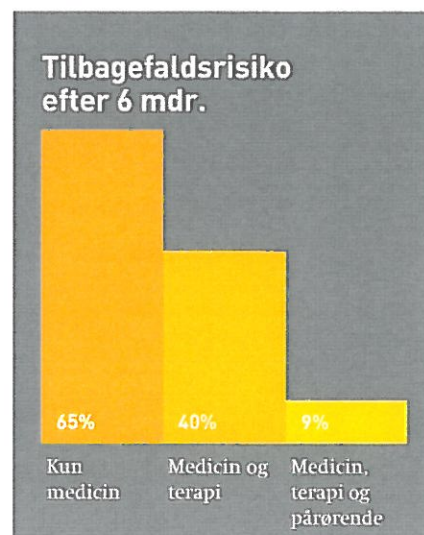
Undersøgelsen viser, at hvis der alene behandles medicinsk, er tilbagefaldsrisikoen på 65%, hvis den medicinske behandling kombineres med samtalerterapi, er risikoen for tilbage-

fald på 40%. Og hvis terapi og medicin suppleres med en hensigtsmæssig involvering af de pårørende, er risikoen nede på 9%.

Jeg kan samtidig konstatere, at vores betydning som pårørende står i skærende kontrast til samfundets vilje og evne til at være med til at skabe ordentlige vilkår for, at vi på en kompetent og konstruktiv måde i langt større omfang kan gøre det, vi er bedst til: At give omsorg, kærlighed og håb for den syge samt – når det er nødvendigt – at være den syges ambassadør i forhold til psykiatrien og det offentlige.

Fra vores egen undersøgelse af pårørendes vilkår fra 2007 ved vi, at det ikke er en dans på roser at være pårørende. Det er en stor belastning, både i forhold til psyken, livskvaliteten, arbejdslivet og økonomien at være pårørende til en psykisk syg. Eksempelvis oplever otte ud af ti pårørende, at det går ud over deres livskvalitet at være pårørende, og mere end hver tiende pårørende har enten haft orlov fra deres arbejde, været sygemeldt eller arbejdet på nedsat tid som konsekvens af at være pårørende.

Og det gør sig gældende i en tid, hvor samfundet mangler hænder, og



hvor udgifterne til sygemeldinger og førtidspension presser de offentlige kasser. Derfor bør det være i hele samfundets interesse, at der sikres bedre vilkår for os pårørende, så vi får mulighed for at passe bedre på os selv, således at vi kan være til stede på den rigtige og konstruktive måde – samt på det rigtige tidspunkt – for den, vi er pårørende til, og som har det skidt.

Når mindre end hver femte dansker har et positivt indtryk af psykiatrien, og det dobbelte antal har et decideret negativt indtryk, er jeg også overbevist om, at en betydelig del af årsagen skal findes hos de pårørende og deres oplevelser, indtryk og tilfredshed med mødet med psykiatrien.

Fra en række landsdækkende tilfredshedsundersøgelser ved vi, at pårørendes tilfredshed med psykiatrien lader en del tilbage at ønske for nu at formulere det mildt. Faktisk er det sådan, at to ud tre pårørende er utilfredse. Det handler blandt om, at psykiatrien ikke er godt nok gearret til og har fokus nok på samarbejdet og relationerne til pårørende – eksempelvis er der et markant gab mellem pårørendes ønske om at blive inddraget og deres oplevelse af, hvorvidt man som pårørende bliver det i praksis. Erfaringerne fra de steder, hvor man har fokuseret på samarbejdet med pårørende, er entydige; prioritering af de pårørende er ensbetydende med, at de bliver markant mere tilfredse. Og det er ikke så meget, der skal til!

Det manglende fokus og dermed pårørendes manglende tilfredshed er så sandelig med til at fastholde psykiatriens imageproblemer hos befolkningen; Hvis én pårørende er utilfreds, så er det et sådant erfaringsbillede, som vedkommende formidler videre til alle de mennesker, som vedkommende snakker med på arbejdspladsen, i nabolaget,

i omgangskredsen, i sportsklubben osv. Og i løbet af et år kan det blive til rigtig mange mennesker, der på denne måde i værste fald får et mere eller mindre negativt indtryk af psykiatrien i dagens Danmark.

BEDRE PSYKIATRI arbejder derfor for:

- At der skal indføres en fleksibel orlovsrettighed for pårørende. Det vil betyde, at pårørende har mulighed for være der, når den syge enten får det værre, bliver indlagt, eller når vi simpelthen er slidt ned til sokkeholderne af arbejde og bekymringer. Derfor skal vi have mulighed for med god samvittighed at trække i "nødbremsen" og tage orlov
- At der skal indføres en pårørendechek. Ud over at være en rimelig økonomisk håndsrækning til landets pårørende, så ser vi lige så meget forslaget som samfundets endelige anerkendelse af det enorme arbejde, som pårørende lægger for dagen.
- At der skal indføres ret til gratis psykologhjælp, således at man minimerer risikoen for, at de pårørende går ned med flaget og dermed ikke kan være den nødvendige og kompetente støtte for den psykiske syge.
- At pårørendes vilkår og rettigheder sikres og styrkes via konkret lovgivning.

Gennemførelsen af disse forslag vil være en god forretning af flere grunde: Dels fordi de uden tvivl vil være med til at nedbringe antallet af sygemeldinger for pårørende og samtidig sikre, at pårørende er en kompetent medspiller i behandlingen. Og dermed vil det være med til at styrke muligheden for, at flest mulige bliver mest muligt raske og dermed også får et helt almindeligt eller næsten almindeligt liv igen på den anden side af sygdommen. Det vil igen betyde færre uden for arbejdsmarkedet og færre på passiv forsørgelse.

## INDHOLD

*bedre psykiatri Vinter 2009 / Forår 2010*

- 04 Interview med  
Camilla Emborg: Jeg kunne ikke kende min mand
- 08 Klumme af Arnhild Lauveng:  
Der er kun os  
– de andre findes ikke
- 10 Psykiatrien og pårørende:  
Plejepersonalet er dynamoen
- 14 Kort nyt:  
Rundt om psykiatrien
- 16 Nye bøger

## VIDSTE DU?

- At 37 % af danskerne opfatter sig som pårørende
- At 69 % af danskerne ønsker bedre vilkår for pårørende
- At det kun koster 50 øre om dagen at være medlem af BEDRE PSYKIATRI
- At BEDRE PSYKIATRI er vokset medlemsmæssigt med mere end 30 % i det sidste år