

pp Pårørende redder velferdsstaten, men hvem skal redde de pårørende?

Velferdsstaten er helt avhengig av pårørendes omsorgsinnsats. Pårørende har imidlertid liten støtte og hjelp i rollen, og mange blir derfor syke selv.



Pårørende omtales av forskere som velferdsstatens bærebjelker. Uten pårørende stopper Helse-Norge. De bidrar med over 130 000 årsverk inn i kommunale helse- og omsorgstjenester. Det er like mange årsverk som det er ansatte. Pårørende yter med andre ord en betydelig innsats til glede for pasienter, seg selv og andre i familien, men også til glede for samfunnet. Deres arbeid sparer det offentlige for betydelige ressurser. Særlig gjelder dette pårørende til syke eldre som er hjemmeboende.

Pårørende blir slitne og syke selv

«Pårørende gjør alt mulig for sine», sa en sykepleier i hjemmesykepleien til oss en gang. Det er helt sant. Pårørende gjør praktiske oppgaver, steller og pleier, følger til sykehus og lege, har ansvar for medisiner, økonomi, hus og hjem. De koordinerer og fungerer som en informasjonssentral mellom instanser, hjelpere og pasient og familie. Så hvordan er det egentlig å stå i rollen som pårørende til syke eldre som er hjemmeboende?

Forskning viser at det er krevende å være pårørende. Pårørende beskriver at det å yte omsorg har både fysiske, psykiske, sosiale og økonomiske konsekvenser. Psykiske helseutfordringer, endret sosialt liv og redusert fysisk aktivitet er ikke uvanlig blant pårørende. Mange blir derfor slitne og syke selv.

“ Mye tyder på at pårørendes innsats vil være betydelig og nødvendig også i årene som kommer.

Har ikke egne rettigheter

De som får anerkjennelse og opplever støtte av helsearbeidere og egen familie, opplever mindre byrde, og de har mer energi og kraft til å stå i rollen som omsorgsgiver. Det finnes imidlertid få systemer eller egne rettigheter for pårørende som kan lette dem i rollen som omsorgsgivere. Noen forskere mener derfor at systemet gjør at pårørende også blir pasienter, fordi oppfølging, støtte og anerkjennelse er mangelfull. De pårørende har få egne rettigheter i pårørenderollen som kan hjelpe dem til å mestre daglige utfordringer.

Mye tyder på at pårørendes innsats vil være betydelig og nødvendig også i årene som kommer. For det første er det et politisk mål at folk skal få bo hjemme så lenge som mulig. For det andre er velferdsstaten ikke bærekraftig uten at pårørende og andre frivillige yter tjenester. Skal vi opprettholde dagens tjenestenivå er vi helt avhengig av en balanse mellom egen, familiens, frivillige og det offentliges innsats. For det tredje ønsker og vil mange pårørende bidra for sin egen del og for pasienten sin del.

Må ta pårørende på alvor

Vi må klare å bygge en eldreomsorg som gjør det mulig med gode dager hjemme, både for pårørende og hjelpetrequende. Da er det avgjørende at myndigheter og helsepersonell anerkjenner pårørendes innsats. Pårørendes behov må tas på alvor for å unngå at de blir syke.

Så hva skal til for å styrke pårørende som på ulike måter yter omsorg til sine kjære? Hvem skal være der for dem – og hva trenger de pårørende av støtte og omsorg selv?

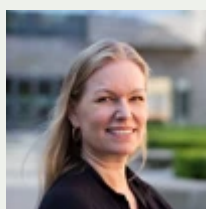
Forskergruppen Eldreforsk på Universitetet i Sørøst-Norge arbeider for en bedre eldreomsorg. Gjennom forskningsprosjektet «HEIME» er vi opptatt av hvordan pårørende og den hjemmeboende kan få flere gode dager hjemme. Som en del av dette prosjektet inviterer vi eldre og pårørende til Papirbredden i Drammen for å ha «Kjøkkenbordsamtaler» lørdag 25. september kl. 12.00-15.00.

Et av spørsmålene vi stiller der er hvordan det er å være pårørende i eget hjem. Vi vil snakke om pårørendes egne erfaringer og hvilken støtte og omsorg pårørende trenger.

Så kom, og hjelp oss med å redde de pårørende!

Gjengitt med tillatelse.

Kronikken ble først publisert på [Forskning.no](https://forskning.no), 13. september 2021



Tekst:

Hege Melilla

Stipendiat, Universitetet i Sørøst-Norge