

Raske fakta – psykisk helse og avhengighet

Antall svar

2319

av 6025

Kjønn

90% 10%

2087
kvinner

232
menn

Hvor mange er de pårørende til?

4 av 10

er pårørende til 2 eller flere personer

Hvem er de pårørende til?



Foreldre/
eldre
41%



Barn/
unge 0-35 år
50%

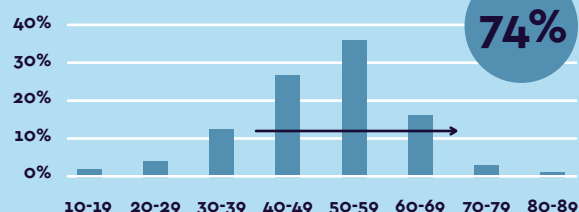


Partner
16%



Andre
35%

Aldersfordeling besvarende



Varighet av pårørendesituasjon

45%
1-9 år

2%
under 1 år



36%
15 år eller mer

17%
10-15 år

Bor de i samme hjem?



44% bor med den de er pårørende til

Hvor mange timer bruker de per uke?

14% yter omsorg i 30 timer eller mer per uke

56% yter mellom 1-10 timer per uke

24% yter mellom 10-20 timer per uke

6% yter mellom 20-30 timer per uke

Hva hjelper de med?



Medisinsk
hjelp: 25%
Sykepleier



Oppmuntre og
støtte: 87%
Psykolog



Søke og
koordinere: 68%
Sosionom og
advokat



Aktiviteter:
58%
Fysioterapeut,
aktivitør og
taxisjåfør



Praktisk
bistand: 68%
Hjemmehjelp og
renholder



Annet:
58%

Økonomi

90% 10%

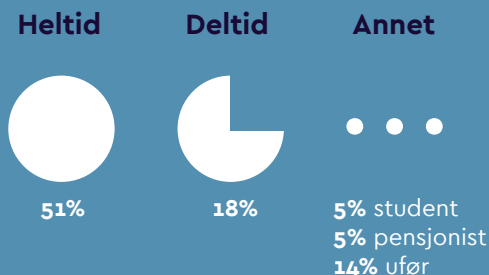
får **ingen** form for økonomisk kompensasjon

får **noe** betalt, i form av omsorgsstønad eller pleiepenger

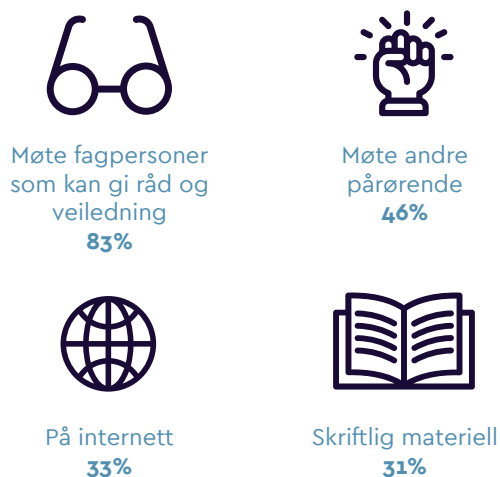
Pårørendesituasjon har endret arbeidsliv



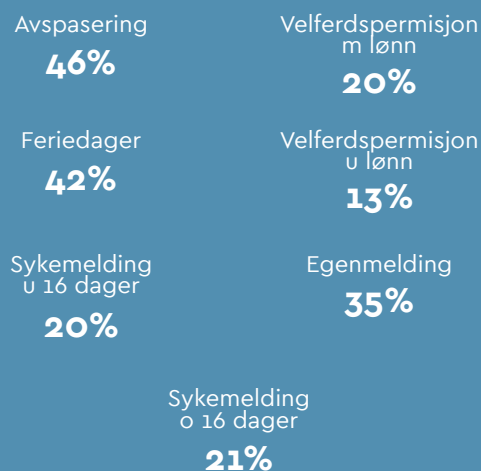
Arbeidsliv



Hvordan ønsker pårørende hjelp



Har benyttet seg av



Hvordan påvirkes pårørendes egen helse



Hva er viktig for pårørende?

- Gode, koordinerte og forutsigbare tjenester **73%**
- Hjelpetilbud planlagt og tilpasset vår situasjon **63%**
- Å få hjelp og avlastning til meg som pårørende **54%**
- Bedre økonomiske ordninger **45%**
- Opplæring og veiledning **34%**

73%
tror ikke det blir
bedre, eller vet ikke
– for sin egen fremtid

Hva påvirkes de av?

- Konstant i alarmberedskap **62%**
- Stress **58%**
- Søvnproblemer **56%**
- Sosial isolasjon **48%**
- Føler seg deprimert **41%**
- Trener mindre **40%**
- Dårligere kosthold **25%**

Hvor finner pårørende hjelp

