

DANSKE
REGIONER



NOTAT

07-10-2021

EMN-2019-00584

1483187

Regionernes indsatser for børn og unge som er pårørende til personer med psykisk sygdom

I forbindelse med høringen i Folketingets Sundhedsudvalg den 1. september 2021 om pårørende til patienter i psykiatrien, lovede Lars Gaardhøj som formand for Danske Regioners psykiatri- og socialudvalg, at sundhedsudvalget ville modtage en nærmere beskrivelse af, hvordan regionerne arbejder med opsporing af børn til patienter i psykiatrien. Nærværende notat beskriver regionernes indsats ift. opsporing af børn og unge som pårørende, og der gives eksempler på indsatser, som bliver tilbudt familierne. Eksemplerne er dog ikke udtømmende.

Forløb i psykiatrien er ofte langvarige og går på tværs af sektorer. Derfor er det vigtigt, at alle aktører tænker pårørendeindsatsen i det samlede borgerforløb. Det er vigtigt, at hele systemet rundt om borgeren er gearret til at følge op, når en aktør har en bekymring, f.eks. fordi et barn mistrives pga. en forældres sygdom. Det kræver samarbejde mellem de forskellige aktører i kommuner, regioner, almen praksis og civilsamfund.

Psykisk sygdom påvirker ikke kun den, der har en diagnose, men også de mennesker, der er tættest på. Det anslås, at hver 3. patient i voksenpsykiatrien er forældre til et eller flere børn under 18 år¹. Herudover er der patienter i Børne- og Ungdomspsykiatrien, som har mindreårige søskende. Psykisk sygdom kan sætte relationer og familier under pres, og det at have en forælder med psykisk sygdom er statistisk den stærkeste, enkelte risikofaktor for, om du selv udvikler psykisk sygdom². Regionerne arbejder derfor med at opspore og tilbyde hjælp til børn, som er pårørende i psykiatrien.

Danske Regioner ser indsatser til, og inddragelse af, pårørende, som en del af både forebyggelse af ny psykisk sygdom og en måde, at give en endnu bedre behandling af den psykiatriske patient. En god pårørendeindsats er nødt til at

¹ Region Hovedstaden (2014) "Børn som pårørende i psykiatrien – Kortlægning af indsatsen i Psykiatri Skåne og Region Hovedstadens Psykiatri".

² Ugeskrift for Læger (19. april 2021): "Hvis psykisk sygdom fylder, ramler det ind i alle de ressourcer, man skal bruge til at være forælder".

gå på tre ben. For det første, skal vi have en vifte af indsatser, så de enkelte pårørende kan finde tilbud, der matcher deres behov. Både almene indsatser i nærområdet og indsatser af mere specialiseret karakter. For det andet skal vi have kompetente medarbejdere hele vejen rundt om borgeren. Medarbejdere, som har blok for, hvor der er pårørende, som har behov for ekstra omsorg. Som har opdateret viden til at kunne formidle, hvilke tilbud der er. Og som har kompetencen til at tage sig af, rumme og støtte de pårørende i deres svære situation. Kompetencerne skal dog, som det tredje, være indlejret og understøttet af en systematisk og struktureret tilgang til opsporing og rådgivning i både region og kommune, fx gennem obligatorisk registrering i patientjournalen, retningslinjer og velableret kontakt til de konkrete borgertilbud.

Opsporing og registrering

Når en patient opstarter et behandlingsforløb i psykiatrien, undersøger behandleren, som foretager journaloptag, om patienten har mindreårige pårørende. Dette bliver registreret i patientens elektroniske journal, hvor patientens sociale forhold, herunder familieforhold, ligeledes bliver beskrevet. Herudover er der flere af regionerne, som dokumenterer i patientens journal, når patienten er blevet tilbudt en familiesamtale og hvorvidt patienten har takket ja eller nej. For børn, der er patienter, undersøges det, om der er søskende under 18 år.

Derudover er der i både voksen og børne- og ungdomspsykiatrien fokus på, at der leves op til den skærpede underretningspligt, som medarbejdere i psykiatrien er underlagt.

Tilbud til børn som er pårørende i psykiatrien

Alle regionerne tilbyder familiesamtaler til patienter med børn som led i deres behandlingsforløb. Familiesamtale er en samtale, hvor den pårørendes barns behov for information er i fokus, og hvor familien kan få redskaber til at tale videre om den psykiske sygdom i familien.

En familiesamtale kan give barnet svar på en række spørgsmål, både om den konkrete situation med sygdom i familien samt den syges behandlingsforløb. Ofte har barnet før samtalen gået alene med spørgsmål og bekymringer. Tit kan barnet - og familien – derfor drage nytte af at blive bekræftet i, at de ikke er den eneste familie, der er ramt af psykisk sygdom, og at der er andre, der har oplevet den bekymring, frustration og usikkerhed, der kan følge med, at familien bliver ramt af psykisk sygdom. Herudover kan familiesamtalerne hjælpe børnene med at skabe mening, sammenhæng, håb og forebygge skyldfølelse.

Flere af regionerne tilbyder undervisning til medarbejdere for at sikre, at personalet har den rette viden og handlekompetencer i forhold til samtaler med børn, som er pårørende. Der er ligeledes flere af regionerne som tilbyder undervisning til interesserede kommunale medarbejdere.

Flere af regionerne har også udpeget nøglepersoner og samtalemedarbejdere, som har ansvaret for at tilrettelægge og gennemføre samtaler med børn, hvis forældre har en psykisk sygdom. Her kan f.eks. nævnes Region Nordjylland, som har indført ”Spørg til børnene” samtale, hvor børn bliver tilbudt henholdsvis en forsamtale med forældrene samt en børneinformations samtale, hvis formål er at bedre deres forståelse af forældrenes sygdom. I Region Nordjylland har man samlet et specialiseret tilbud til pårørende i Center for Pårørende ved Aalborg Psykiatriske Sygehus. Her tilbyder man samtaler og rådgivning til nære pårørende og hjælper med at styrke dialogen, relationen og forståelsen mellem de pårørende og den person, der er syg. På baggrund af erfaringerne fra Region Nordjylland, man man også i Region Syddanmark besluttet, at etablere et center for pårørende, som skal have særligt fokus på børn og unge.

Flere af regionerne tilbyder gruppetilbud til børn, som er pårørende, og på den fællesregionale hjemmeside, Mindhelper, kan børn og unge få råd og vejledning af psykologer gennem sidens brevkasse.

De regionale psykiatriske informationscentre (psyk-info)

Alle fem regioner har et psykiatrisk informationscenter (psykinfo). Psykinfos rolle er at formidle viden om psykiske sygdomme til alle der er i berøring med psykiatrien, det være sig patienter, pårørende eller personale. Alle tilbud er gratis og kræver ingen henvisning. Tilbuddene kan spænde fra foredrag til individuelle samtaler.

I relation til børn som pårørende tilbyder psykinfo individuelle samtaler til forældre der har en psykisk sygdom, for barnet der har en syg forælder, familiesamtaler og gruppetilbud.

Som eksempel kan nævnes psykinfo i Region Syddanmark som afholder gruppeundervisning for børn med forældre med psykisk sygdom. Ved dette gruppetilbud er formålet at give børnene/de unge en øget viden om psykiske lidelser og om, hvordan det kan påvirke en familie. I gruppeforløbene veksles der mellem samtaler, oplysning og aktiviteter. Samtlige familier, der er med i forløbet, bliver også tilbudt en samtale før og efter gruppeforløbet og der tilbydes en opfølgningssamtale efter ½ år.

Et andet eksempel er psykiatrien i Region Hovedstaden, som i regi af PsykInfo siden 2016 har udviklet og afprøvet et koncept for kursusforløb til børn i alderen 9-16 år som er pårørende. Et børnekursus løber over 6 uger med en ugentlig mødegang a 1½ time. Gennem øvelser, leg og undervisning, som er tilpasset børnenes alder, modenhed og situation, får børnene viden om, hvad psykisk sygdom er – og ikke er. Hertil møder børnene andre børn, som har oplevelser, de kan genkende, og de lærer, hvordan man som pårørende kan passe på sig selv og håndtere det, at ens familie er ramt af psykisk sygdom. Der deltager mellem 4-7 børn/unge på et børnekursus. I 2021 afprøver Region Hovedstaden konceptet for børnekurser for søskende, som er pårørende.