

## Til Yildiz Akdogan, MB

### Besvarelse af politikerspørgsmål om pårørende til mennesker med psykisk sårbarhed

Yildiz Akdogan har den 25. april 2022 stillet Sundheds- og Omsorgsforvaltningen spørgsmål vedrørende mulighederne for hjælp og støtte til pårørende til mennesker med psykisk sårbarhed.

#### Spørgsmål:

1. Hvilke strategier, handleplaner eller tilbud har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen for pårørende til ældre og unge med psykisk sårbarhed?
2. Har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen evalueringer eller lignende, som har undersøgt effekterne af indsatserne? I givet fald, hvad viser evalueringerne om inddragelsen af pårørende til ældre og unge med psykisk sårbarhed?

#### Svar:

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen svarer særskilt på de to spørgsmål herunder:

- 1. Hvilke strategier, handleplaner eller tilbud har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen for pårørende til ældre og unge med psykisk sårbarhed**

Med Københavns Kommunes ældre- og sundhedspolitik og handleplanen for bedre mental sundhed 2019-23 har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen de senere år haft et øget fokus på at sidestille behov for hjælp ved både fysisk, psykisk og social mistrivsel fx ved at udvikle tilbud i forhold til ensomhed, depression og kønsidentitetsudfordringer. Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har ligeledes etableret Center for Mental Sundhed, som har tilbud, der skal fremme københavnernes mentale sundhed, trivsel og livskvalitet.

Samtidig har der været et øget fokus på at udvikle tilbud til pårørende, og siden 2018 har Københavns Kommune modtaget finanslovsmidler på 6 mio. kr. årligt til at aflaste og støtte pårørende. Indsatsen er især styrket med fokus på de pårørendes egen situation men også gennem kompetenceudvikling af de medarbejdere, som i deres daglige arbejde støtter og samarbejder med pårørende.

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen har ikke tilbud alene til pårørende til mennesker med psykisk sårbarhed men flere generelle tilbud til pårørende på tværs af sygdom, som også henvender sig til pårørende til mennesker med psykisk sårbarhed. Det drejer sig om pårørendevejledning og kurset *LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende* samt

30. april 2022

Sagsnummer  
2022-0136164

Dokumentnummer  
2022-0136164-2

Center for Ældre og  
Innovation

EAN-nummer

[www.kk.dk](http://www.kk.dk)

psykologsamtaler med ældre i mistrivsel. Derudover har forvaltningen en lang række mere specifikke pårørendetilbud, der er målrettet specifikke diagnoser fx demens, kræft og diabetes. De generelle tilbud henvender sig til forskellige målgrupper af voksne + 18 år og ældre.

Center for Mental Sundhed tilbyder samtaleforløb til familier med hjemmeboende børn, hvor en forælder har kræft. I samtaleforløbet er der fokus på hvordan barnet hjælpes og styrkes i den svære og utrygge situation. Børn og unge har mulighed for at deltage i samtalerne, men opgaven er at støtte forældrene i at tale om fremtiden og børnenes behov for at varetage barnets trivsel og udvikling under vanskelige forhold.

De generelle pårørendetilbud har til formål at forebygge og mindske udvikling af mistrivsel samt fysiske og psykiske sårbarheder som følge af rollen som pårørende og beskrives separat herunder.

### **Pårørendevejledning**

I 2018 blev der etableret en pårørendevejledning i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen med fem pårørendevejledere. Pårørende kan kontakte pårørendevejlederne direkte via 'Pårørendelinjen', så pårørende kun skal forholde sig til én indgang.

Pårørendevejlederne viser den enkelte pårørende vej til relevante tilbud, skaber overblik over mulighederne for støtte og hjælp, og tilbyder støttende samtaler.

Den primære målgruppe er pårørende til ældre med sygdom og svækkelse, som modtager indsatser i Sundheds- og Omsorgsforvaltningen. Erfaringerne er, at der også er pårørende til ældre med psykisk sårbarhed eller sygdom, som kontakter pårørendevejlederne. Hvis pårørende udenfor målgruppen, kontakter pårørendevejlederne bliver de henvist videre til rette sted.

Som noget nyt er der ansat to pårørendevejledere i Socialforvaltningen bl.a. målrettet pårørende til mennesker med typiske psykiske lidelser og andre komplekse udfordringer. Det er hensigten at etablere et løbende samarbejde mellem begge forvaltningernes pårørendevejledere.

### **Pårørendekurser**

Kommunen tilbyder pårørendekurset 'LÆR AT TACKLE hverdagen som pårørende', som udbydes af Komiteen for Sundhedsoplysning. Kurset henvender sig til alle voksne pårørende + 18 på tværs af relation og diagnose. Kurset rummer også pårørende til mennesker med psykisk sårbarhed.

Formålet med kurset er at forebygge mistrivsel, ensomhed og stress ved at gøre målgruppen af pårørende bedre i stand til at håndtere de psykiske, fysiske og sociale belastninger, som følge af deres situation. Indsatsen er bygget op omkring et evidensbaseret undervisningsprogram og ledes af peers, altså frivillige instruktører, som selv har erfaring med at være pårørende.

### **Samtaler til ældre i mistrivsel**

Center for Mental Sundhed tilbyder samtaleforløb for ældre københavnere i psykisk mistrivsel. De ældre bliver henvist som følge af ængstelighed, depressive tanker, sorg som følge af tab af nære pårørende, livsfortrydelser, sygdom og funktionstab samt svære tanker om livets afslutning og døden. Tilbuddet kan også rumme pårørende til mennesker med psykisk sårbarhed.

### **2. Har Sundheds- og Omsorgsforvaltningen evalueringer eller lignende, som har undersøgt effekterne af indsatserne? I givet fald, hvad viser evalueringerne om inddragelsen af pårørende til ældre og unge med psykisk sårbarhed?**

Sundheds- og Omsorgsforvaltningen evaluerer i 2022 pårørendevejledningen. Evalueringen vil ligge klar i starten af 2023.

Desuden evalueres pårørendekurserne konsekvent: 95 % er tilfredse med kurset, 78 % har fået redskaber til at håndtere symptomer som fx træthed, stress eller tristhed og 88 % er blevet bedre til at passe på sig selv.

Effektopgørelserne af Center for Mental Sundheds ældretilbud viser, at de ældre ved forløbets start typisk har lav trivsel, føler sig ensomme og er i risikozonen for at udvikle stress, angst og/eller depression. Når borgerne afslutter deres forløb, har de øget deres trivsel, føler sig mindre ensomme og er ikke længere i risikozonen for angst. Udviklingen er fastholdt tre måneder efter endt forløb.

Katja Kayser

/Nanna Skriver