

NSPH-RAPPORTEN 2024

”Det blir dyrare
att leva ju sjukare
jag är”

*En rapport om livsvillkoren för
personer med psykisk ohälsa
och deras anhöriga*

NSPH-RAPPORTEN 2025

”Jag är så
mycket mer
än det här”

*En rapport om livsvillkoren för
personer som lever med skadligt bruk
eller beroende och deras anhöriga*



Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa

Mer än 1 500 anhöriga

NSPH-rapporten 2024

- 1 034 anhöriga som lever eller levt nära någon med psykisk ohälsa
- 70 procent föräldrar
- 86 procent kvinnor

NSPH-rapporten 2025

- 542 anhöriga som lever eller levt nära någon med skadligt bruk eller beroende
- 49 procent föräldrar
- 93 procent kvinnor

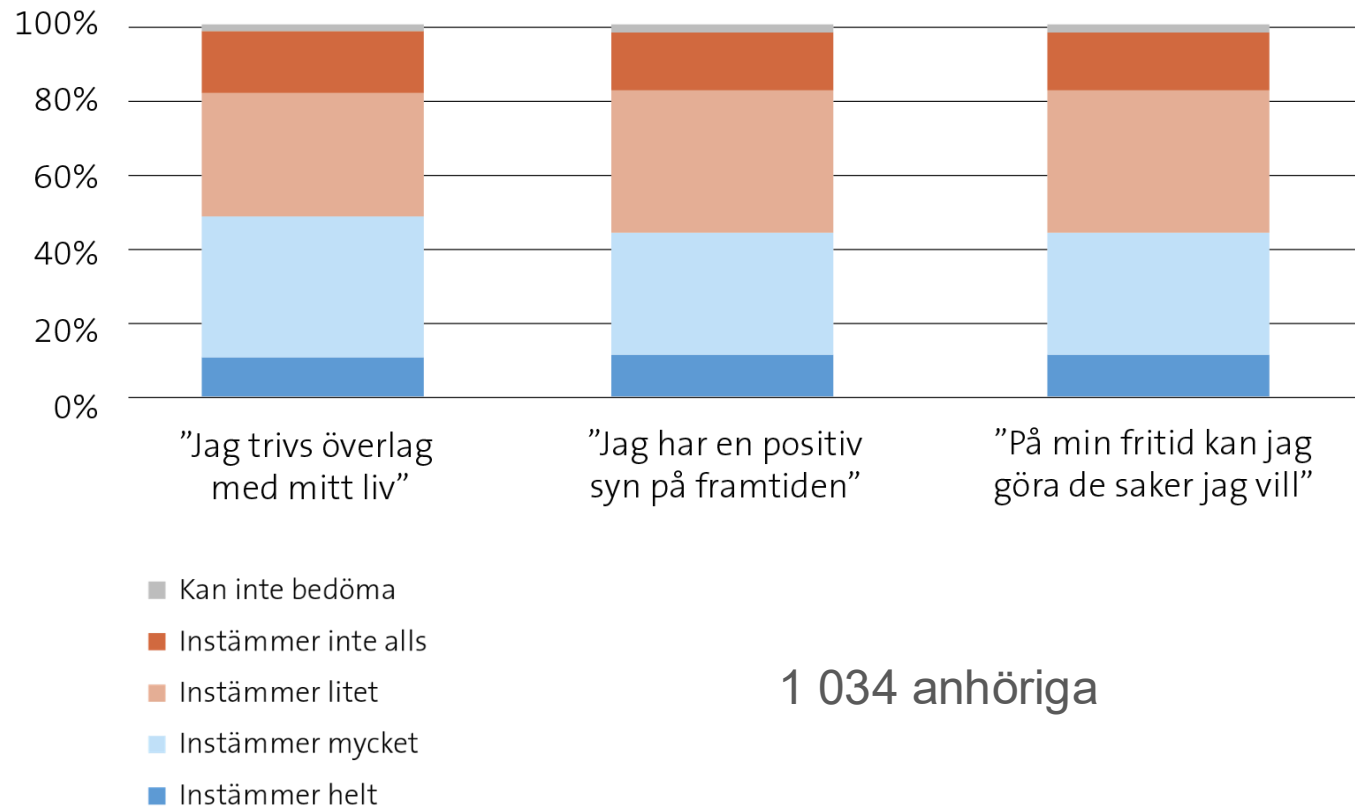


NSPH-RAPPORTEN 2024

Om anhöriga till personer med psykisk ohälsa



Upplevelse av livskvalitet

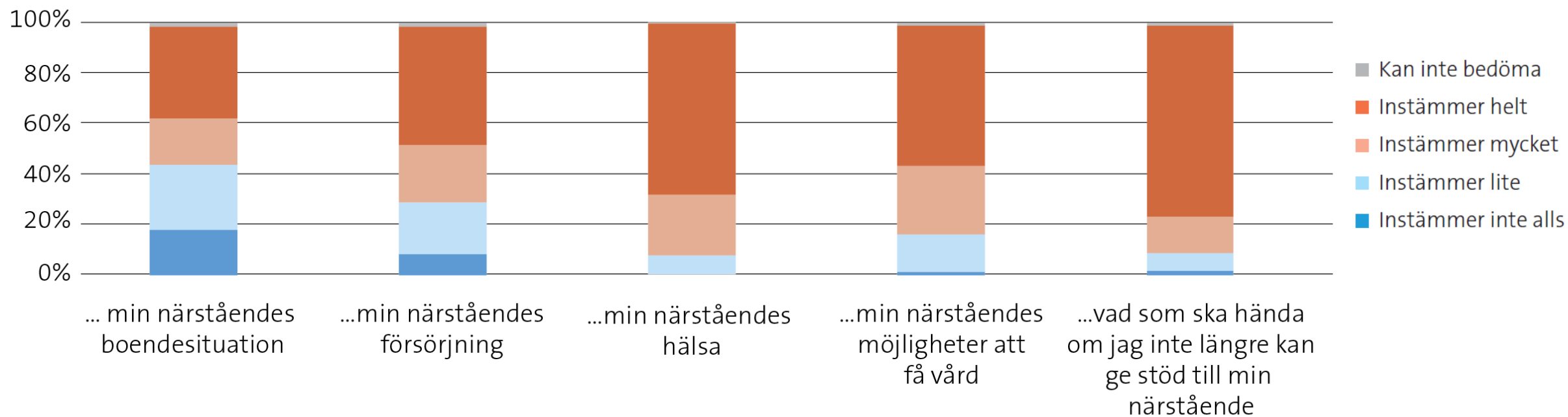


Faktorer som påverkar livskvalitén

- Tillgång till nära vänner och att man kan prata öppet med andra om sin situation
- Den närstående får bra vård och stöd och om man uppskattar det stöd man själv får som anhörig
- Den närståendes situation inte får konsekvenser för den anhörigas ekonomin, sociala liv eller hälsa

Oro för den närstående

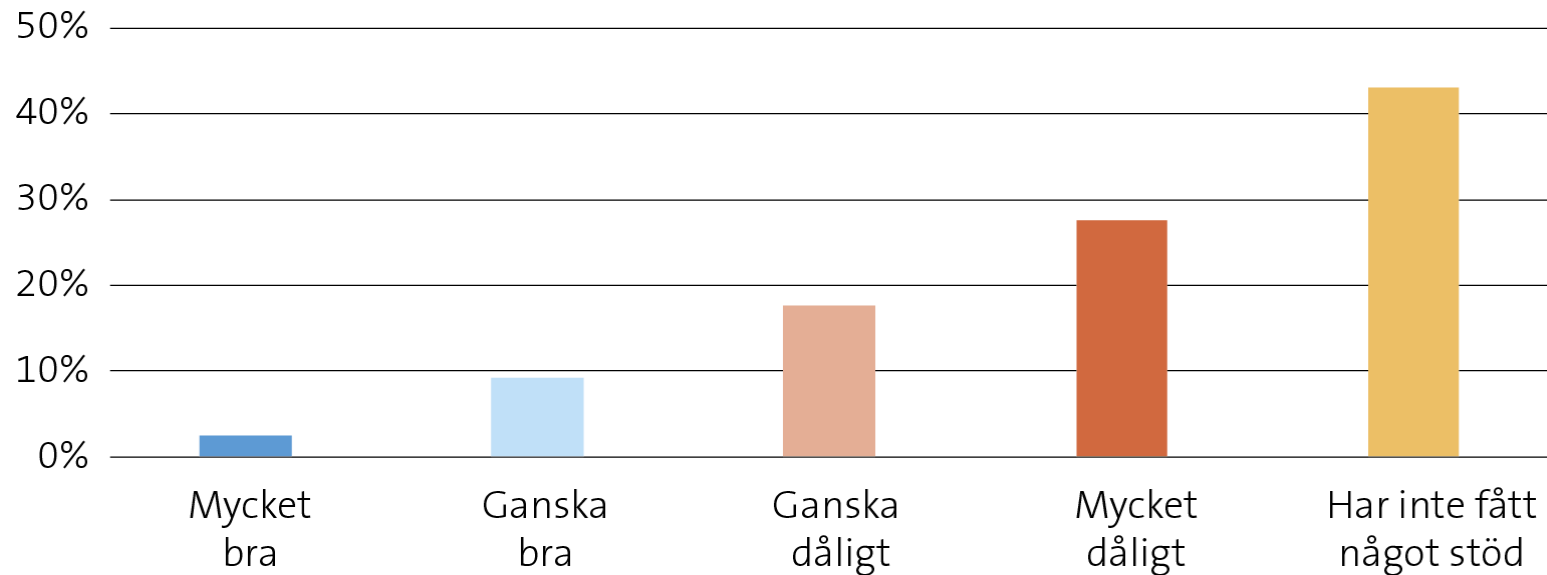
Jag oroar mig för...



760 anhöriga som lever nära någon med psykisk ohälsa

Stöd till anhöriga

Vad tycker du om det stöd du har fått i din roll som anhörig?



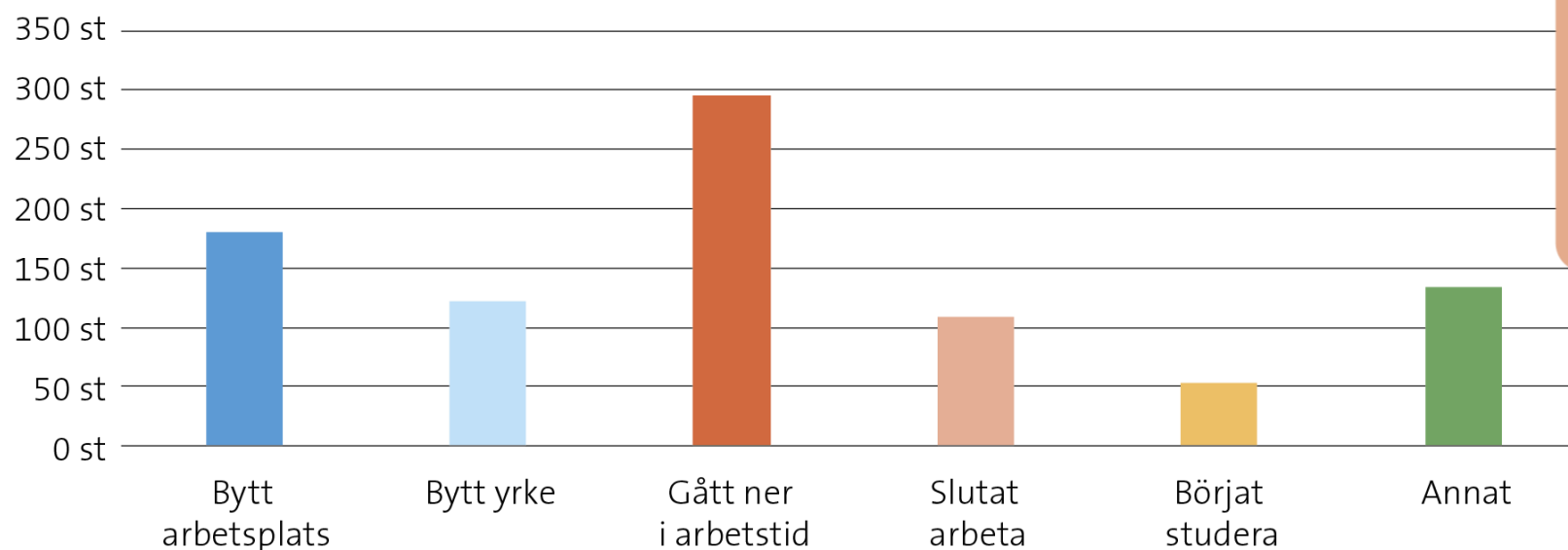
1 034 anhöriga

”Det stödet jag fått är helt och hållet från civilsamhället samt vid ett tillfälle från kommunen. Allt har jag själv sökt upp

”Kommunen ger vissa insatser utan att förklara syftet med dem. Det är svårt att få det stöd som kan hjälpa en framåt. Man måste ta emot det dom vill ge även om det inte är det som behövs

Konsekvenser för anhörigas arbetssituation

Anhörigas arbetsmarknadsrelaterade anpassningar för att kunna stödja sin närstående



1 034 anhöriga

” Ibland kan jag inte lämna honom och måste sjukskriva mig eller ta semesterdagar vilket ju drabbar oss ekonomiskt. Mina semesterdagar går inte till återhämtning eller ledighet, utan till att lösa en sjukt jobbig situation.



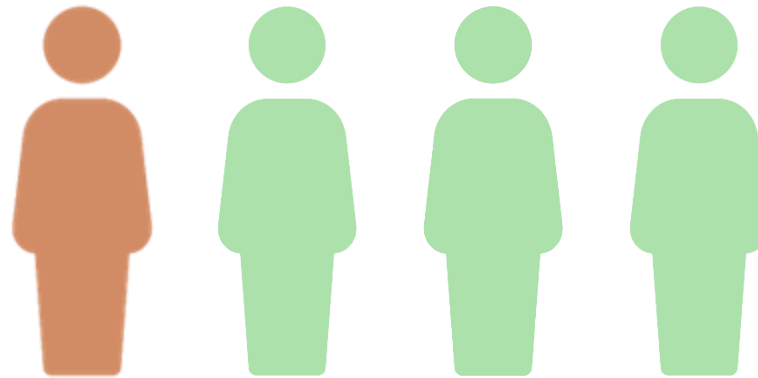
NSPH-RAPPORTEN 2025

Om anhöriga till personer med skadligt bruk eller beroende

Anhörigas upplevelser av vård/stöd

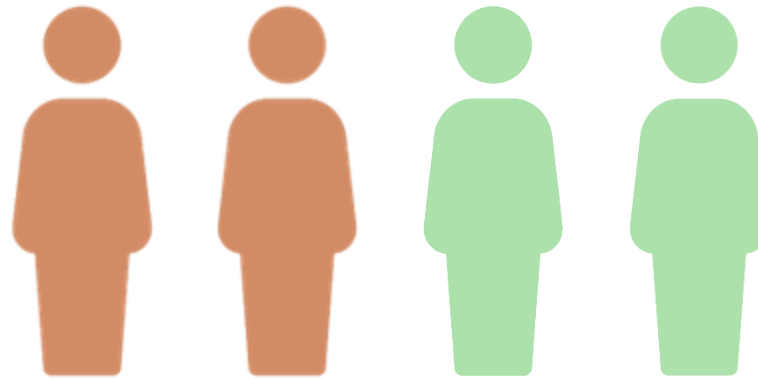
- **Hela 60%** tycker vården/stödet till den närstående varit ganska eller mycket dåligt
- **Över 80%** har inte blivit involverade i den närståendes vård eller stöd
- De som har **blivit involverade** är **mer nöjda med den närståendes vård eller stöd**
- Anhöriga tycker också att
 - det är svårt att veta vart man ska vända sig för att få vård och stöd
 - det går långsamt att få vård och stöd
 - det saknas olika behandlingar och vårdformer att välja på
 - övergången mellan barn/vuxenvård fungerar dåligt

Konsekvenser anhöriga upplever



Var fjärde anhörig har sjukskrivit sig enskilda dagar
för att kunna ge stöd till en närstående

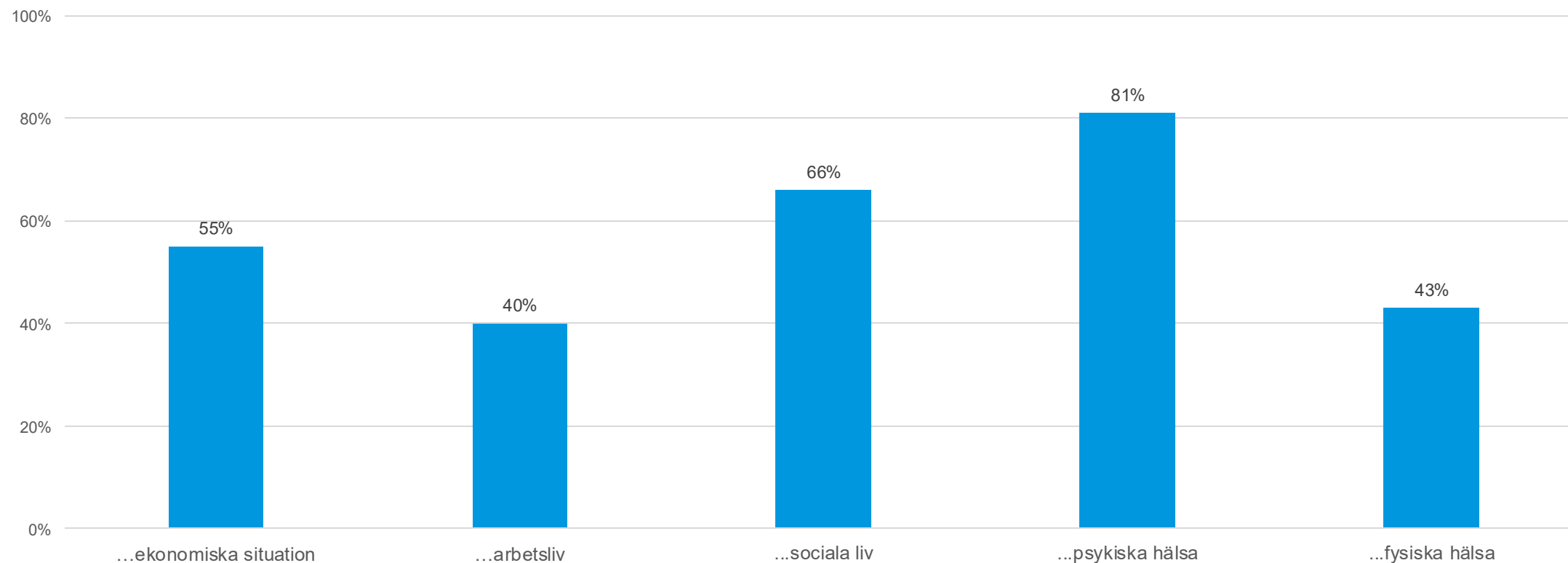
Konsekvenser anhöriga upplever



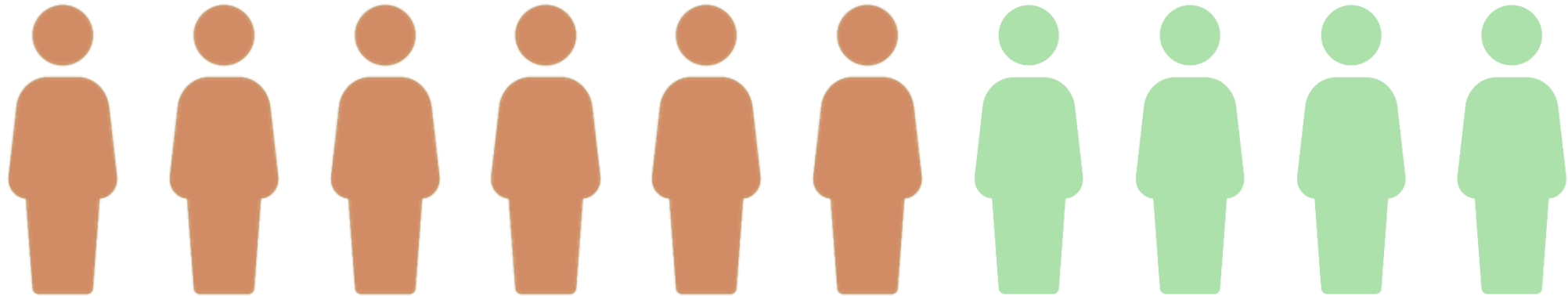
Hälften har blivit **så påverkade i sin hälsa** av den närståendes situation **att de behövt sjukskriva sig**

Konsekvenser anhöriga upplever

Hur har ditt stöd till din närstående påverkat din livssituation? (n=534-39)
 Andel som *instämmer i ganska stor eller mycket stor utsträckning* i att det har haft negativ påverkan på deras...

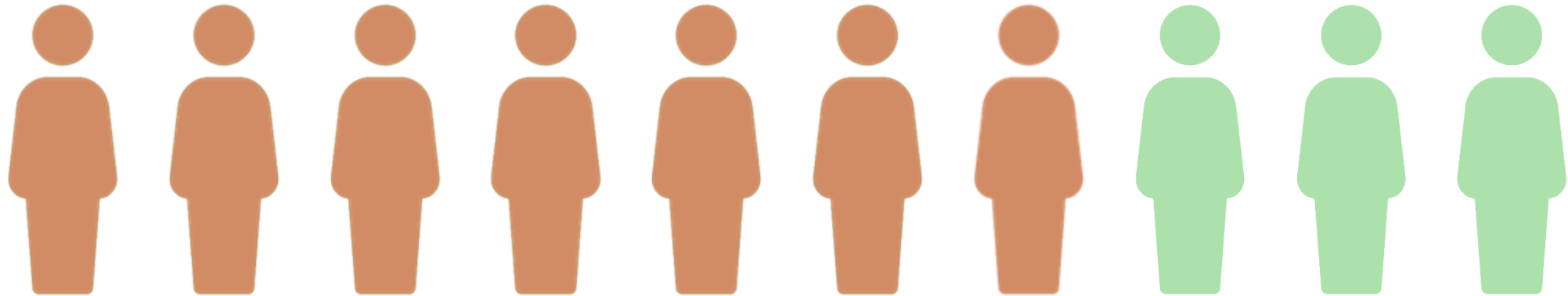


Stödet till anhöriga



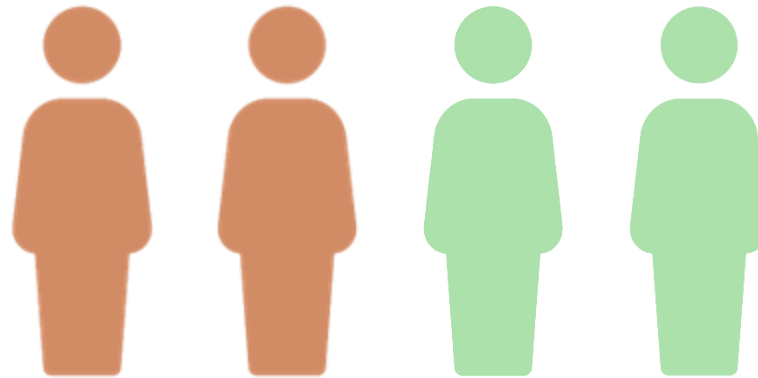
6 av 10 har inte fått något eget stöd

Stödet till anhöriga



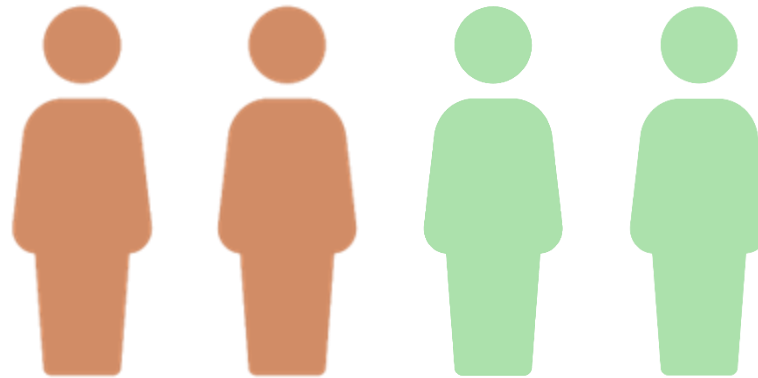
7 av 10 barn och syskon har inte fått stöd

Stigma och bemötande



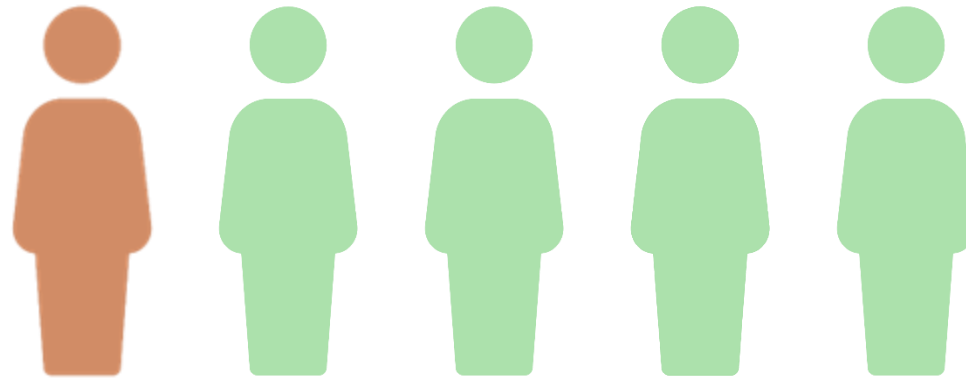
Hälften upplever att **samhället ser negativt på anhöriga till personer med beroende**

Stigma och bemötande



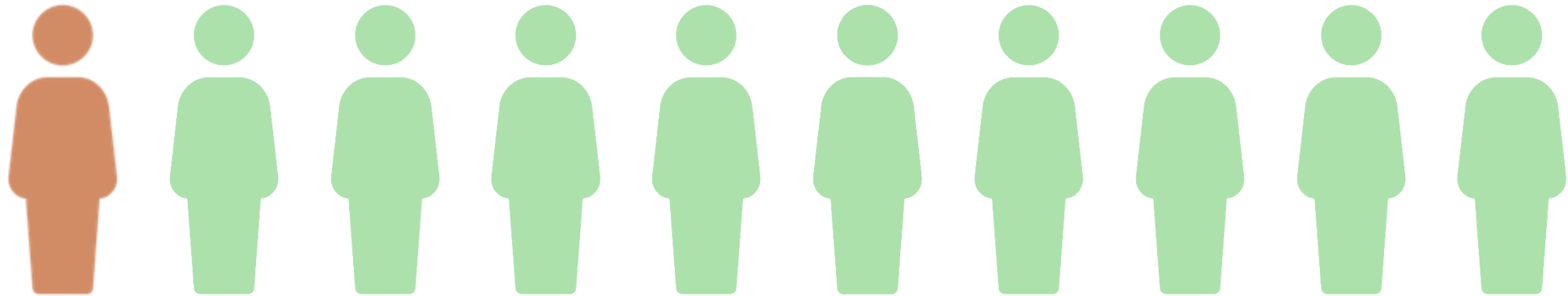
Nästan hälften upplever att **deras omgivning ser negativt på dem** när de berättar om sin situation

Stigma och bemötande



1 av 5 har **undvikit kontakt med nära vänner** med
anledning av deras attityder

Stigma och bemötande



1 av 10 upplever att **omgivningen ger dem skulden** för deras
närståendes situation

Avslutande reflektioner om anhörigstöd

- Många fler anhöriga måste kunna få stöd
- Anhöriga behöver få bättre information om var stödet finns
- Anhöriga är olika och har olika behov
- Anhöriga måste kunna påverka vad man får stöd med – och hur det stödet ges.

”Det stödet jag fått är helt och hållet från civilsamhället samt vid ett tillfälle från kommunen. Allt har jag själv sökt upp

”Kommunen ger vissa insatser utan att förklara syftet med dem. Det är svårt att få det stöd som kan hjälpa en framåt. Man måste ta emot det dom vill ge även om det inte är det som behövs

NSPH-rapporten

- Ladda ner rapporterna på nsph.se
- Lyssna på poddavsnitt i "Kafferast i kunskapsfabriken"
- Se sändningar på NSPH:s youtube-kanal



Tack!



Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa

Zarah Melander

Intressepolitiskt ansvarig

zarah.melander@nsph.se



Följ vårt arbete

I **sociala medier** som Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa.
Lyssna på **podden** Kafferast i kunskapsfabriken: nsph.se/podd
eller prenumerera på vårt **nyhetsbrev**: nsph.se/nyhetsbrev.

