

# Närståendestöd

---



---

## Svenska palliativregistret

För fortsatt utveckling av  
vården i livets slutskede

---



---

## Att vara närstående vid livets slut

En närstående kan vara en person i familjen, en partner, en släkting, en granne eller en nära vän. Att vara närstående kan vara både givande och påfrestande. Det kan bli en svår balansgång mellan omsorgen till den som är sjuk och den närståendes egna behov. Ofta sätts den sjukes behov före de egna och i längden kan det bli både en psykisk och fysisk påfrestning trots att du som närstående så gärna vill räcka till. Även den praktiska arbetsbördan ökar. **Att som närstående ta emot hjälp** kan många gånger kännas svårt, men för att orka vara det stöd som den sjuke behöver kan det vara viktigt att ta emot hjälp. Behovet av hjälp och stöd för den sjuke förändras med tiden och då också behovet av stöd till dig som är närstående. Många gånger är det svårt att se hur ansträngande situationen är när du som närstående är mitt uppe i allt som händer. Det finns alltid möjlighet att ändra eller avsäga sig den hjälp som påbörjats!



---

## Vilket stöd finns?

Alla närstående till en person som är svårt sjuk har rätt till information eller utbildning i hur den sjuke kan få stöd. Det är **kommunens biståndshandläggare** som utreder och beslutar om insatser vid vård utanför sjukhusen. Biståndshandläggarens arbete handlar även om att utreda behov av särskilt boende, hemtjänst, ledsagare, avlösning i hemmet, korttidsvistelse eller växelvård. Biståndshandläggaren kan dessutom informera om vilket stöd som finns i din kommun. Biståndshandläggaren går att kontakta via kommunens växel. I vissa landsting finns ett patientombud som kan ge ytterligare information. Villkoren för ersättning, nivåer och handläggningsrutiner varierar mellan de olika kommunerna.

"Använd det stöd som finns för att orka stötta den som är sjuk!"

---

**Närståendepenning** är en ersättning som motsvarar sjukpenningen och kan erhållas så länge du som närstående är yrkesverksam. Den sjuke har rätt till maximalt 100 dagar och ersättningen kan tas ut av olika närstående, en åt gången och vid olika tillfällen. Dagarna kan användas till att följa med på läkarbesök eller för att finnas hos den sjuke. För att få närståendepenning behövs ett läkarintyg som lämnas till försäkringskassan. För att få ersättningen måste du **först** anmäla till försäkringskassan. Mer information finner du på deras hemsida <http://forsakringskassan.se> eller genom att kontakta dem via telefon 020-524 524.

Önskar du egna **stödsamtal** kan du kontakta sjukvården eller kyrkan. Samtalskontakten kan t ex vara en kurator eller diakonissa. Du kan även få hjälp via kommunens anhörigstöd.

---

## Att tänka och ta reda på vid kontakt med vården

- Ofta hör två par öron mer än ett par! Fråga därför om du får följa med den sjuke på läkarbesök för att höra vad läkaren säger.
- Förbered frågor.
- Vart och till vem ni kan vända er när nya frågor uppstår.
- Finns det möjlighet att få en kontaktsjuksköterska?
- Kan ni få hjälp av ett palliativt team?
- Vad är syftet med den aktuella behandlingen? Hur länge ska den pågå? När ska den utvärderas? Ska ni höra av er om något speciellt händer tidigare än så?
- Vad bör du vara uppmärksam på hos den sjuke?
- När är nästa återbesök? Vart och varför sker återbesöket?
- Vad ska ni göra vid försämring av olika symtom? När måste ni åka till sjukhus? Vad kan ni göra själva? Hur kan ni få hjälp av sjuksköterska och/eller läkare i hemmet?
- Vad heter den ansvariga läkaren?

Vid livshotande sjukdom har den sjuke rätt till en fast vårdkontakt, d.v.s. en namngiven läkare som har huvudansvaret för vården.



## Faktaruta

**Palliativ vård** – Hälso- och sjukvård i syfte att lindra och främja livskvaliteten för patienter med progressiv, obotlig sjukdom eller skada och som innebär beaktande av fysiska, psykiska, sociala och existentiella behov samt organiserat stöd till närstående.

**Palliativt team** – multiprofessionellt team med särskild kunskap och kompetens i palliativ vård där fysiska, psykiska, sociala och existentiella behov beaktas samt att stöd till närstående erbjuds.

**Ledsagare** – en person som följer med den sjuke på olika aktiviteter.

**Avlösning i hemmet** – en person som kommer hem och gör det möjligt för närståendevårdare att få koppla av och göra egna aktiviteter.

**God man** – en person som av tingsrätten förordnat för att tillvarata en annan persons rättsliga eller ekonomiska intressen eller sörja för hans person.

## Hjälpmedel

Det finns många olika insatser som kan underlätta vardagen när någon är sjuk. Arbetsterapeut, sjukgymnast och sjuksköterska kan tillsammans med er se över och prova ut de hjälpmedel som kan förenkla vardagen. Exempel på situationer där hjälpmedel kan underlätta är personlig hygien, klädsel, måltider, förflyttning, inkontinens och för att förebygga och behandla trycksår. Kostnaden för hjälpmedel varierar mellan olika kommuner. Många anhörig- och patientorganisationer har hemsidor med information. Det finns också särskilda tjänster, som kan ge information, utbildning och stöd till äldre och deras närstående. Du kan läsa mer om detta på Nationellt kompetenscentrum Anhörigas hemsida [www.anhoriga.se](http://www.anhoriga.se). På hjälpmedelsinstitutets hemsida [www.mfd.se](http://www.mfd.se) finns information om IT-baserad teknik och produkter för närstående.

---

## Steget före

Det kan även finnas funderingar kring t.ex. framtiden och ekonomin. Det kan vara klokt att hoppas på det bästa men ändå "planera för det värsta". Ordna gärna med en fullmakt till bankkonto och testamente. Oftast kan din bank hjälpa dig med detta. Vid demenssjukdom kan det även vara bra att utse en God man. Önskemål om vart den sjuke vill vårdas i livets slut eller tankar kring begravningen, kan vara svårt att prata om med den sjuke. Oftast underlättar det om dessa frågor tas upp i ett tidigt skede. På din begravningsbyrå kan du och den sjuke lämna information med tankar och önskemål som rör begravningen. För den sjuke kan det vara en lättnad att få prata om dessa frågor.



---

## Ytterligare information

Cancerfonden har olika broschyrer som riktar sig till närstående (även till närstående barn)

[www.cancerfonden.se](http://www.cancerfonden.se)

Du kan även få hjälp, stöd och mer information via Cancerfondens informations- och stödlinje telefon 020-59 59 59

Andra sidor med information för närstående är

[www.1177.se](http://www.1177.se)

<http://www.socialstyrelsen.se/stodtillanhoriga>



Svenska  
palliativregistret

[www.palliativregistret.se](http://www.palliativregistret.se)