

Ny kunskapsöversikt: Anhöriga till äldre personer med psykisk ohälsa

Anhöriga till äldre personer med psykisk ohälsa är ett tämligen outforskat område. Med hjälp av lite detektivarbete och internationella studier lyckas ändå författarna sammanfatta och beskriva situationen för den här gruppen. Resultatet blev en kunskapsöversikt som innehåller både viktig och värdefull information och som förhoppningsvis kommer att öka intresset.

I **Nationellt kompetenscentrum anhörigas** serie av kunskapsöversikter kommer nu en översikt om *Anhöriga till äldre personer med psykisk ohälsa*. Kunskapsöversikten är skriven av Iréne Ericsson, filosofie doktor i gerontologi och sjuksköterska, och Marie Persson, legitimerad psykolog och universitetsadjunkt, samt Elizabeth Hanson, forsknings- och utvecklingsledare på Nka. Författarna har arbetat nära tillsammans med sammanställningen, dock har Iréne Ericsson varit lite extra ansvarig för den metodiska delen i översikten.

Innehåll

Kunskapsöversikten beskriver inledningsvis vad det är att ha psykisk ohälsa som äldre person. Närstående med demenssjukdom, som också räknas som psykisk ohälsa, är dock uteslutna på grund av att det redan finns mycket forskning gjord, till skillnad från annan psykisk ohälsa hos äldre. Översikten beskriver kortfattat olika psykiska sjukdomar hos äldre, vad det innebär att vara äldre och ha psykisk ohälsa, att ha livslång psykisk ohälsa samt anhörigas situation.



Iréne Ericsson.

En litteratursökning på anhöriga till äldre personer med psykisk ohälsa gjordes, men resultatet blev knappt.

– Ja, det var svårt för det visade sig att det knappt finns något skrivet om äldre och psykisk ohälsa överhuvudtaget. Det här är ett glömt fält och forskningen befinner sig i sin linda. Det påtalas gång på gång att det behöver göras forskning inom området, men fortfarande händer det inte så mycket även om det har gått framåt något på senare år, säger Iréne Ericsson.

Marie Persson beskriver att arbetet inte alltid var helt lätt.

– Det var lite svårt att bestämma om vi skulle inkludera och använda oss av den forskning vi hittade som inte riktigt stämde överens med syftet, eftersom artiklarna inte enbart rörde anhöriga till äldre med psykisk ohälsa. Men vi bestämde oss för att ta med dem, och även vissa internationella studier, för området är angeläget och det är viktigt att lyfta fram den här gruppen av anhöriga, säger Marie Persson.

Studierna från litteraturöversikten analyserades och presenteras i tre olika teman med underteman: **Vara en del av sjukdomen** - Tvingas ta ansvar, Känna sig övergiven, Bemästra och finna mening, **Känna sig förstörd** - Efterfrågat stöd samt **Former för stöd** - Psykosocialt stöd och Psykopedagogiska insatser.

Översikten ger inga heltäckande resultat i och med att det finns så få studier, och det har varit svårt att överföra de utländska studierna till svenska förhållanden - sjukvårdssystemen och organisationen ser helt annorlunda ut, menar Iréne Ericsson.

– Det resultat vi kommit fram till är att anhöriga känner sig som en del av sjukdomen. Man tvingas ta ansvar och man känner sig övergiven i rollen. Men samtidigt finns det också de som säger att det finns något meningsfullt i själva vårdandet. Många anhöriga efterfrågar stöd från vården och att få känna sig delaktiga. Det psykosociala stödet och de psykopedagogiska insatserna som gjorts, om än i liten utsträckning och skala, i form av utbildningsinsatser, information om sjukdomen och hjälp med samordning av kontakter har ändå visat sig vara positiva för anhöriga, säger Iréne Ericsson.

”

Ju mer forskning med evidens som pekar på bra saker, desto mer ökar chanserna till resurser för utveckling av vården och stödet för dessa personer

Både Iréne och Marie tycker det var anmärkningsvärt att det fanns så få studier gjorda, och ingen på svenska, inom området anhöriga till äldre med psykisk ohälsa. De studier som fanns om anhöriga till äldre med psykisk ohälsa var ofta inkluderade i åldersspannet arton år och uppåt eller ingick i andra kategorier.

Skillnader

Psykisk ohälsa hos äldre ser annorlunda ut än den psykiska ohälsan hos yngre personer. Det är större risk för äldre anhöriga och äldre närstående att drabbas av fysiska besvär. En äldre person med en åldrande och skör kropp som drabbats av en depression tänker inte alltid på att äta och dricka som man ska, vilket innebär att kroppen tar mer skada och till och med kan vara livshotande. Exempelvis kan en depression uttrycka sig annorlunda hos en äldre person. Är dessutom den anhöriga också äldre och vårdar någon med en depression är risken att själv drabbas av depression högre. Det ställer lite andra krav på anhöriga till äldre med psykisk ohälsa i och med de annorlunda uttrycken för psykisk ohälsa hos äldre, menar Iréne Ericsson.

Utmaningar

Man kan läsa om stödinsatser till anhöriga till personer med funktionsnedsättning på kommunernas hemsidor, men det står sällan vad det är för stöd och vem stödet vänder sig till, menar Iréne Ericsson. Hon efterlyser en typ av utbildning med information om rollen som anhörig och om den närståendes sjukdom samt att anhöriga får träffa andra som befinner sig i liknande situation. Det behövs också en person som hjälper till med kontakter inom vården – en uppgift som är väldigt tung och krävande särskilt om man är äldre. Likaså behöver personal utbildas i hur man upptäcker och bemöter exempelvis en person med depression eller ångest, och primärvården måste få information om att göra de anhöriga delaktiga.

– Jag är positiv inför framtiden och ser ändå att det är en form av uppvaknande som börjat ske. Man

har nu börjat utbilda personal hur man ska upptäcka psykisk ohälsa hos äldre. Det ska förhoppningsvis leda till att det blir bättre och jag hoppas också att forskningen ska börja se det här området som intressant och göra mycket mer. Ju mer forskning med evidens som pekar på bra saker, desto mer ökar chanserna till resurser för utveckling av vården och stödet för dessa personer, säger Iréne Ericsson.



Marie Persson.

Marie Persson känner sig stolt över arbetet med kunskapsöversikten. Anhöriga till äldre med psykisk ohälsa är en osynlig grupp och kunskapsöversikten bidrar till att lyfta området.

– Det finns mycket kunskap i översikten som är viktig och värdefull. Jag hoppas att den kan komma till nytta och vara till glädje för både anhöriga själva och de som arbetar inom vården och omsorgen och möter anhöriga. Jag ser också att översikten kan användas i olika utbildningssammanhang - själv kommer jag att använda den i en ny kurs på Hälsohögskolan i Jönköping som handlar om psykisk ohälsa och äldre, vilket också innebär att studenterna kommer att få den. Jag hoppas att översikten kan bidra till att få människor att förstå att det finns en grupp av anhöriga som man kanske inte tänkt på eller vars situation inte uppmärksammats. Förhoppningsvis kan översikten bidra till att intresset ökar så att det blir mer forskning inom området, säger Marie Persson.

Kunskapsöversikten finns på www.anhoriga.se under fliken Publicerat.