

NSPH-RAPPORTEN 2025

”JAG ÄR SÅ
MYCKET
MER ÄN DET
HÄR”

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

Målbilder

SAMSIJKLIGHETUTREDNINGENS MÅLBILDER



Tidig hjälp med psykisk ohälsa och missbruk



Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag behöver den



Tillgång till fungerande behandling och möjlighet att välja utifrån det som passar mig



Stöd och vård som hänger ihop som en helhet



Inte bli utestängd från stöd och vård och få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa



Bli lyssnad på, få förståelse och bli behandlad med samma respekt som andra



Bli stärkt i min egen förmåga att hantera min situation och ha inflytande över min vård och omsorg



En fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang



En person som jag kan lita på och som följer med i hela processen



Att vården och omsorgen lyssnar på, involverar och ger stöd till mitt nätverk

NARKOTIKAUTREDNINGENS MÅLBILDER



1. Tidig hjälp och stöd för att förebygga användning av narkotika



2. Återkommande information och lättillgänglig vård och stöd när jag själv är motiverad



3. Tillgång till behandling och möjlighet att välja utifrån det som passar mig



4. Stöd och vård som hänger ihop som en helhet och uppföljning och fortsatt stöd efter avslutade insatser



5. Att bli välkommen till stöd och vård och få hjälp trots återfall eller fortsatt användning av narkotika



6. Bli lyssnad på, behandlad med respekt och fokus på att bli stärkt i min egen förmåga.



7. Boende, en fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang och sysselsättning



8. Tillitsfulla relationer och långvariga kontakter inom vård, stöd och behandling



9. Att vård- och stödaktörer lyssnar på, involverar och ger stöd till närstående och anhöriga

NSPH:s målbilder



1. Tidig hjälp och stöd med både förebyggande och vårdande insatser.



2. Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag själv behöver den eller är motiverad.



3. Tillgång till behandling, möjlighet att välja utifrån det som passar mig, samt att ha inflytande över min vård och omsorg.



4. Stöd och vård som hänger ihop som en helhet och uppföljning och fortsatt stöd efter avslutade insatser.



5. Att bli välkommen till stöd och vård och få hjälp trots återfall eller fortsatt bruk. Att inte bli utestängd från stöd och vård och få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa.



6. Bli lyssnad på, behandlad med respekt och fokus på att bli stärkt i min egen förmåga.



7. Boende, en fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang och sysselsättning.



8. Tillitsfulla relationer och långvariga kontakter inom vård, stöd och behandling.



9. Att vård- och stödaktörer lyssnar på, involverar och ger stöd till anhöriga.

Över 1000 röster

- 1 078 enkätsvar
- 536 personer med egen erfarenhet och 542 anhöriga
- 21 personer i fokusgrupper

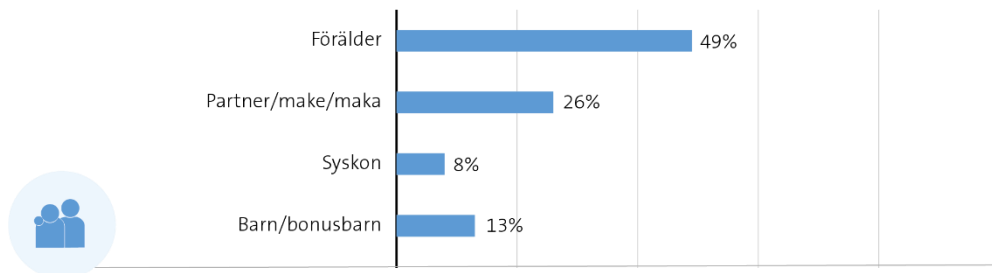




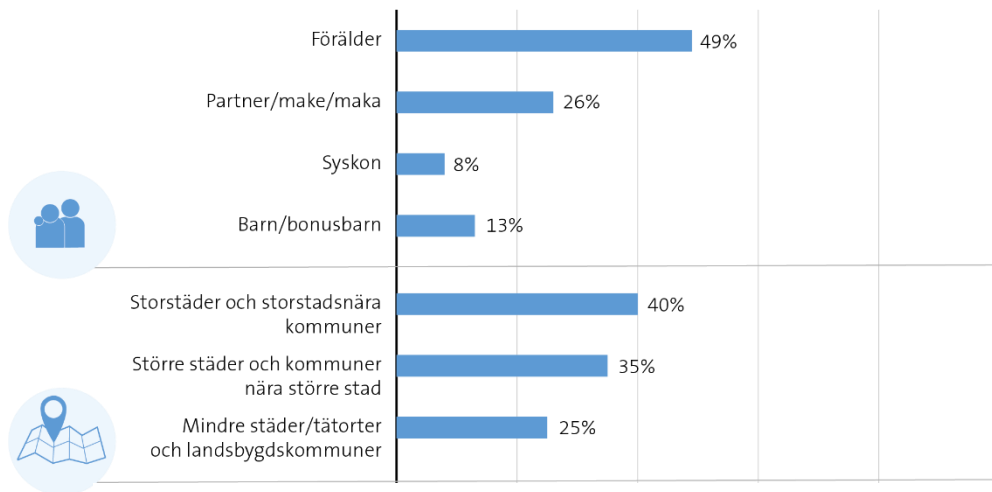
NSPH-RAPPORTEN 2025

Om anhöriga till personer med skadligt bruk eller beroende

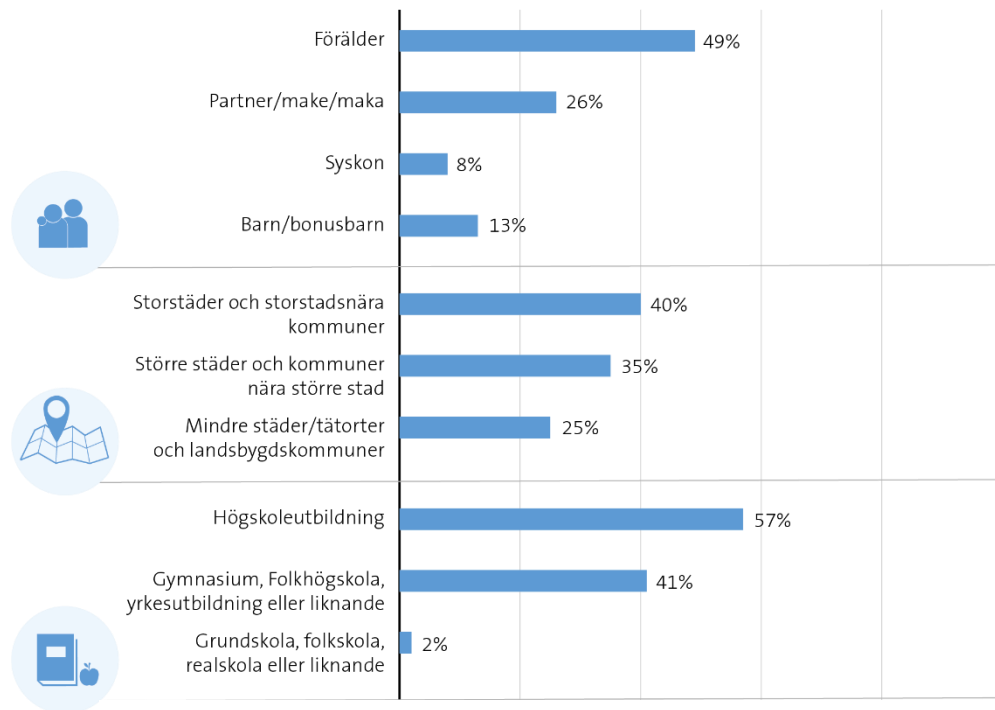
Vilka har svarat?



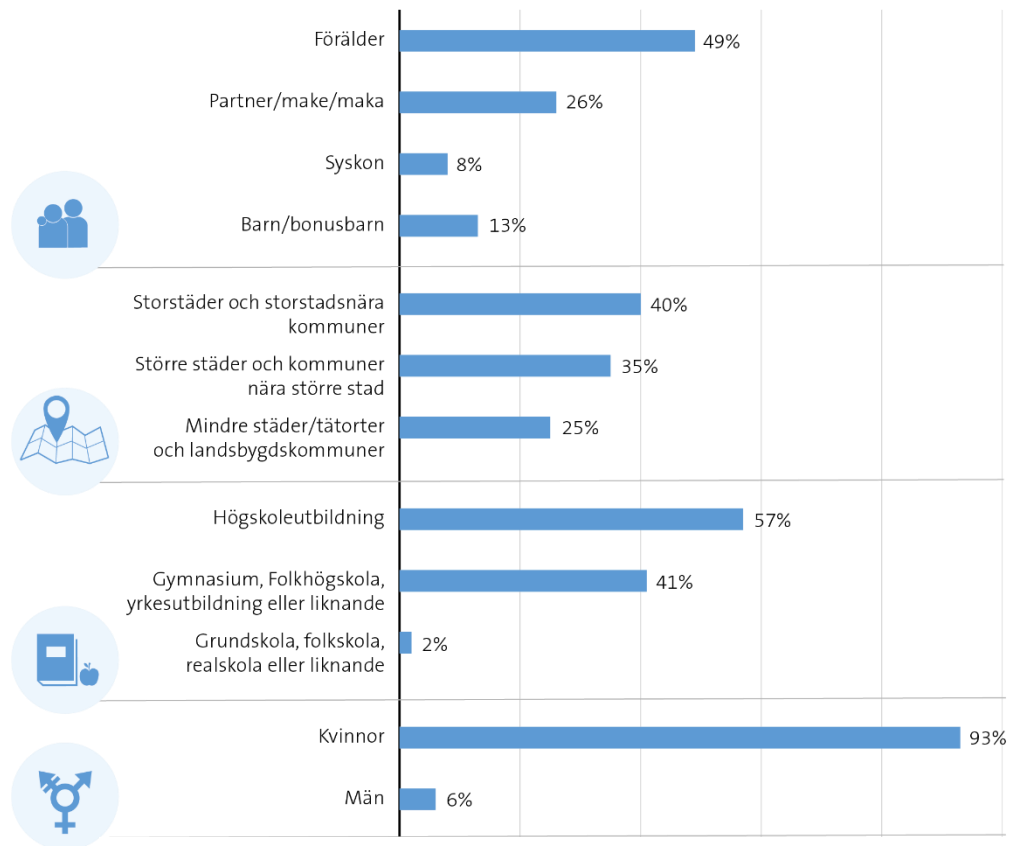
Vilka har svarat?



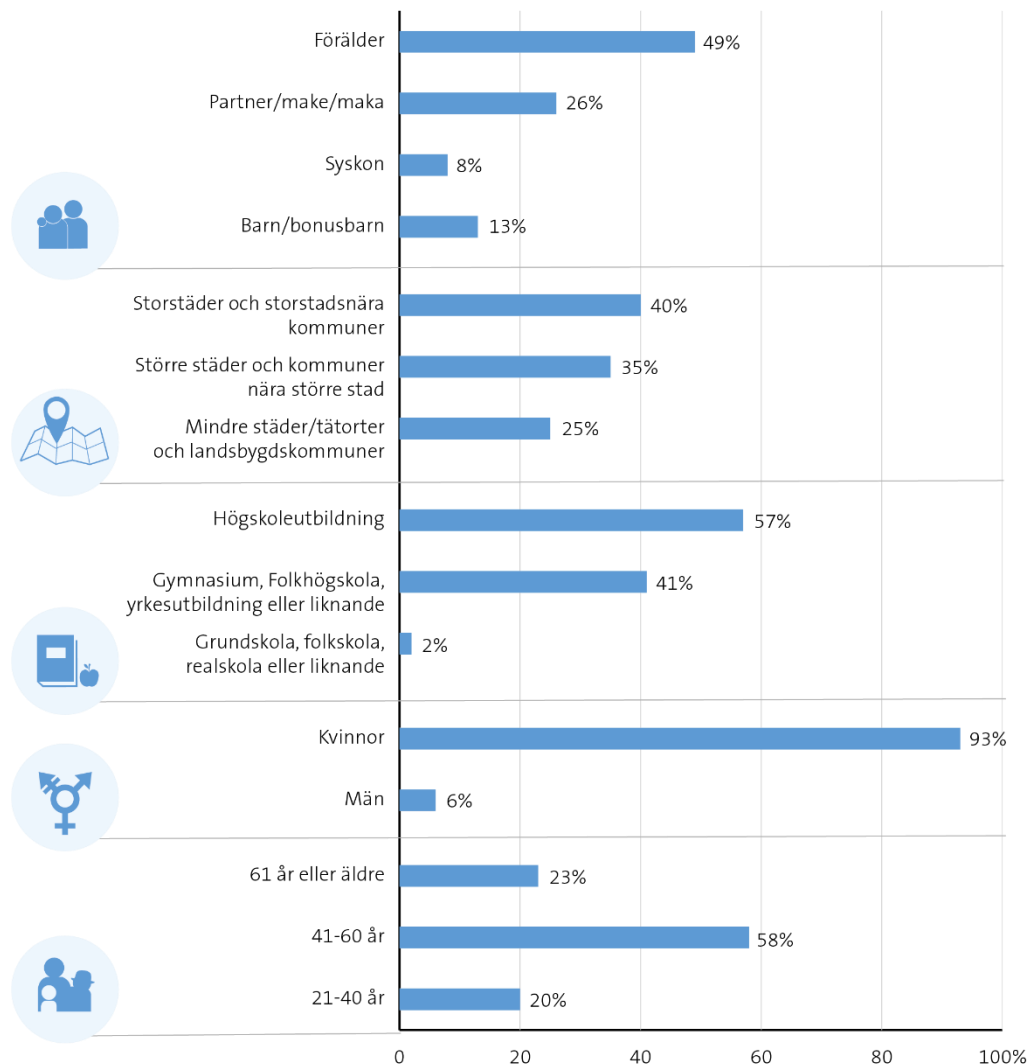
Vilka har svarat?



Vilka har svarat?



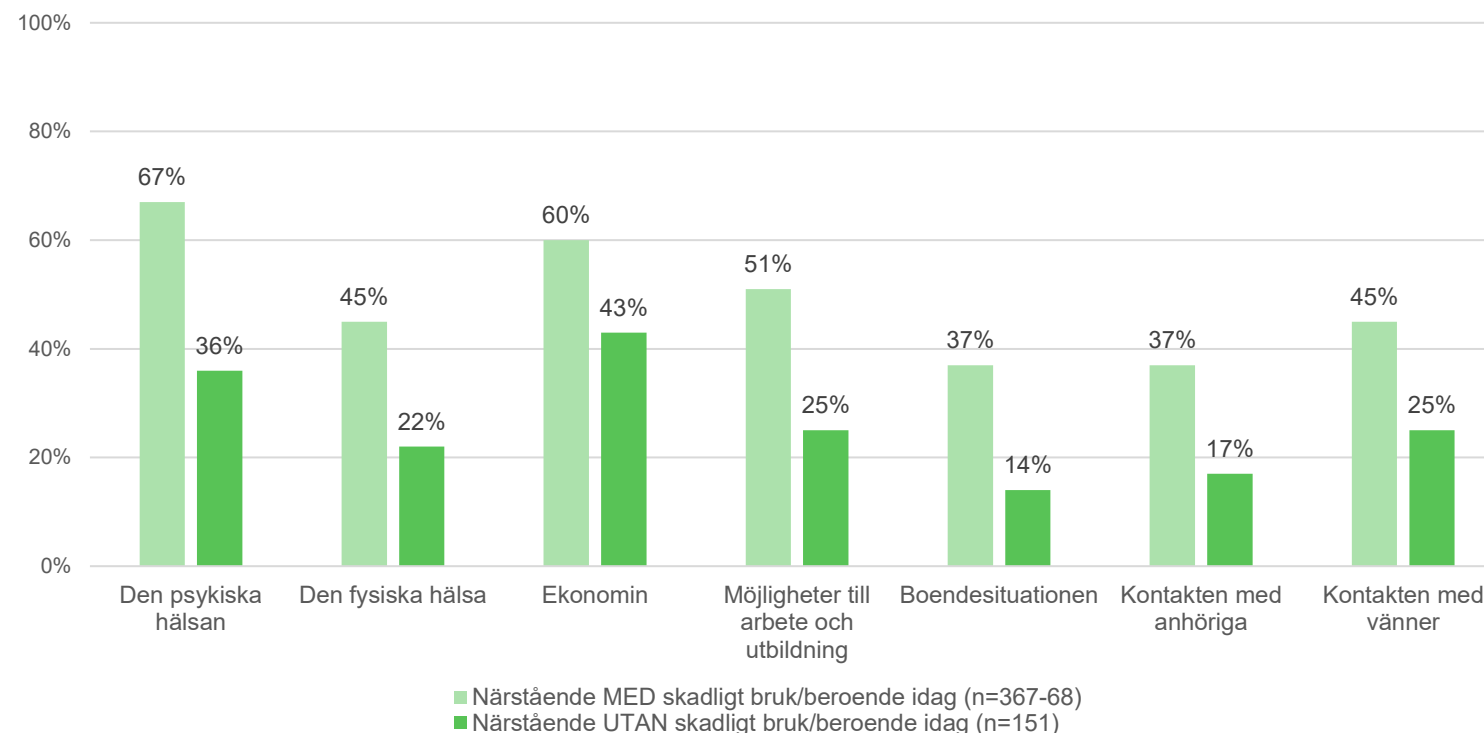
Vilka har svarat?



Om konsekvenser idag

Vilka negativa konsekvenser har din närståendes tidigare/pågående skadliga bruk eller beroende på hens livssituation idag?

Andel som upplever *ganska negativa* eller *mycket negativa konsekvenser*



”När det är som värst spelar han på allt dyonet runt. Samma dag som lönen kommer in så spelar han bort allt. Blivit vräkt flera ggr för att inte hyran blir betald.”

Anhörigas upplevelser av vård/stöd

- **Hela 60%** tycker vård/stöd för närstående varit ganska eller mycket dåligt
- **Över 80%** har inte blivit involverade i vård/stöd
- De som har **blivit involverade** är också **mer nöjda med stöd/vård**
- **Över 70%** tycker inte vården för beroende och psykisk ohälsa samordnats

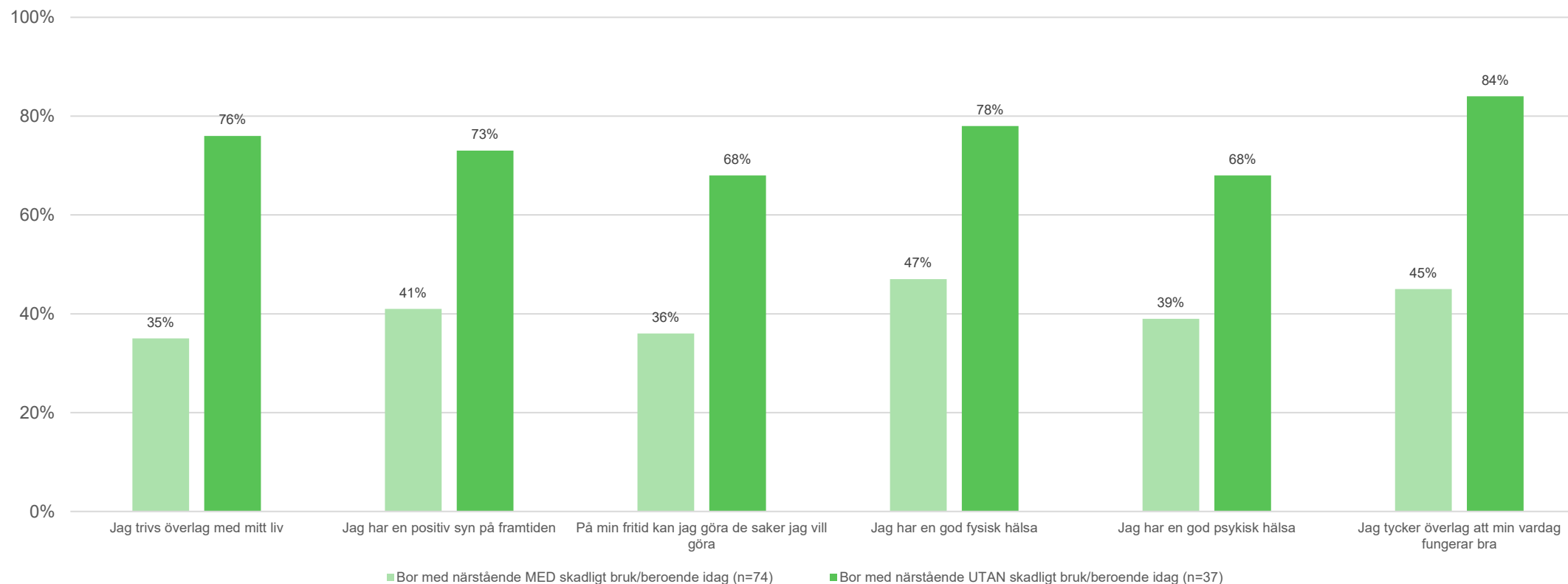
- Anhöriga tycker också att
 - svårt att veta vart man ska vända sig för att få vård och stöd
 - går långsamt att få vård och stöd
 - saknas olika behandlingar och vårdformer att välja på
 - övergången mellan barn/vuxenvård fungerar dåligt

Anhörigas livsvillkor och sociala situation

”Det har tagit många år att acceptera att jag var medberoende. Önskar att jag förstått det tidigare och sökt hjälp. Istället har jag haft ångest, ont i rygg/nacke och andra problem utan att förstå anledningen”

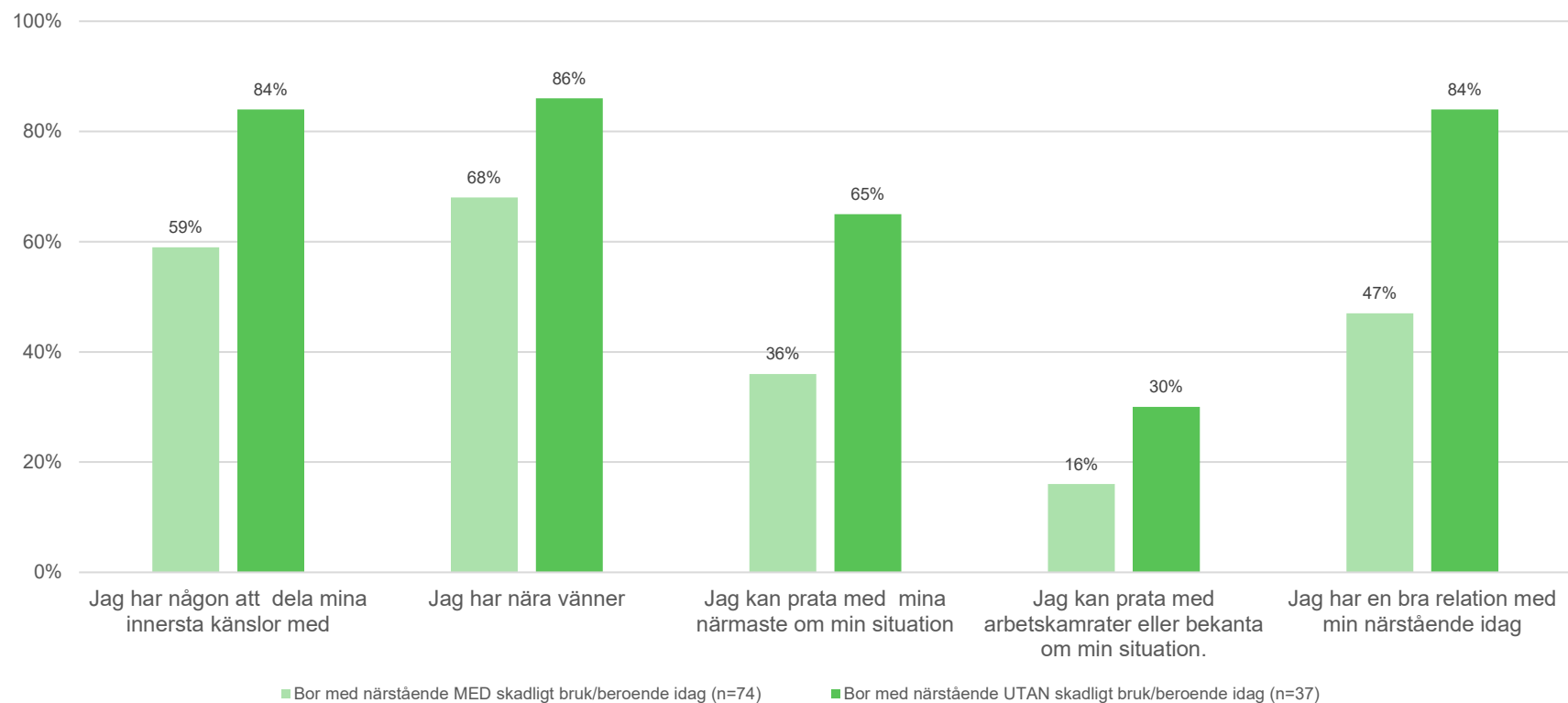
Anhöriga som bor med den närstående

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden om hur du har det just nu?
 Andelar av svarande som *instämmer mycket* eller *helt*.

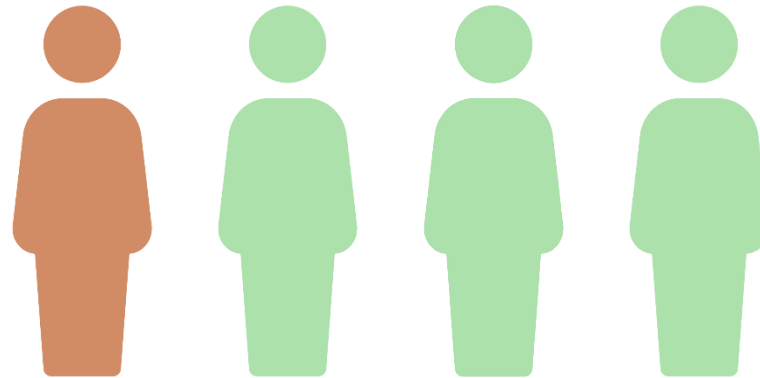


Anhöriga som bor med den närstående

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden om hur du har det just nu?
Andelar av svarande som *instämmer mycket* eller *helt*.

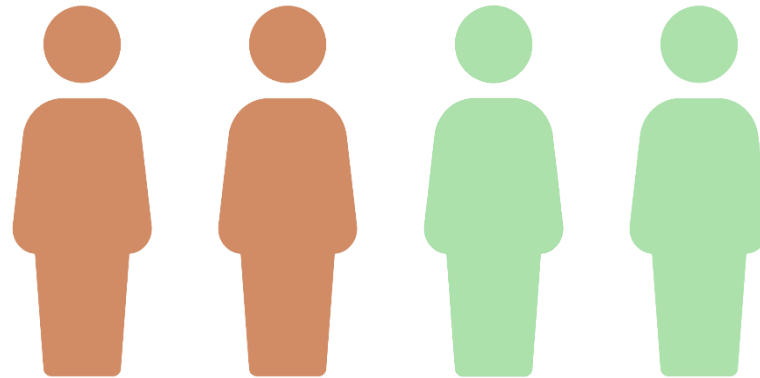


Konsekvenser anhöriga upplever



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

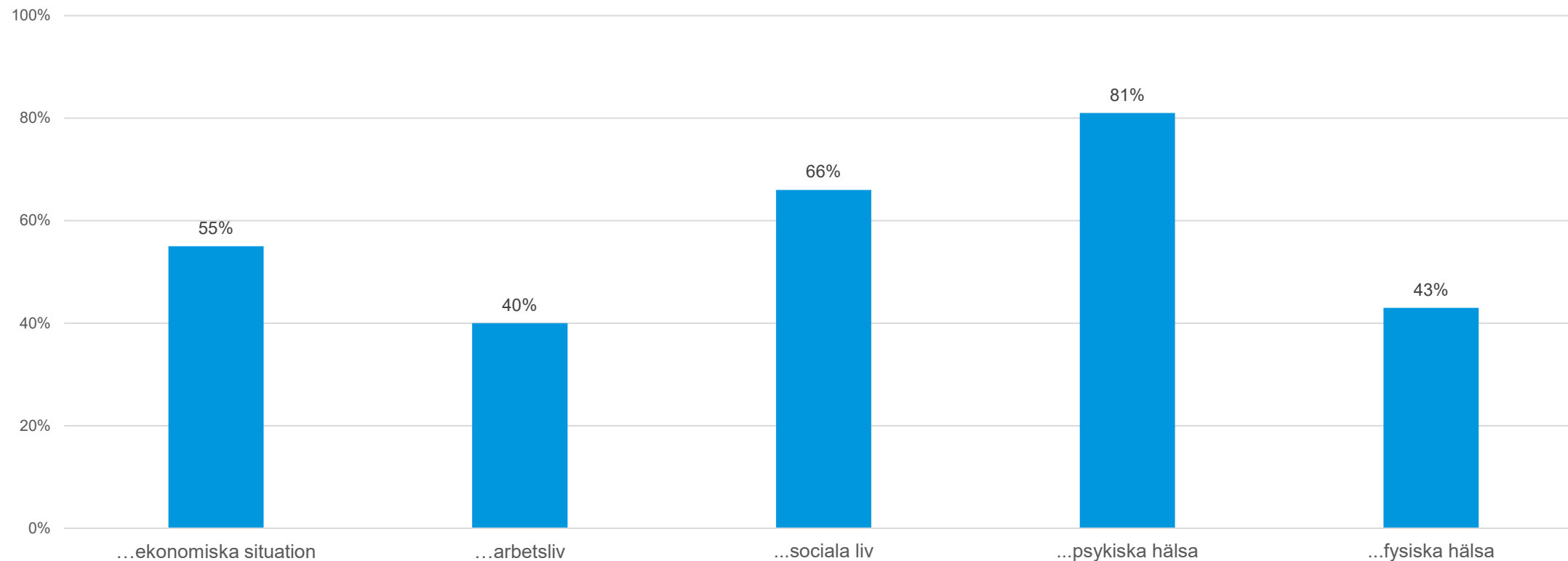
Konsekvenser anhöriga upplever



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

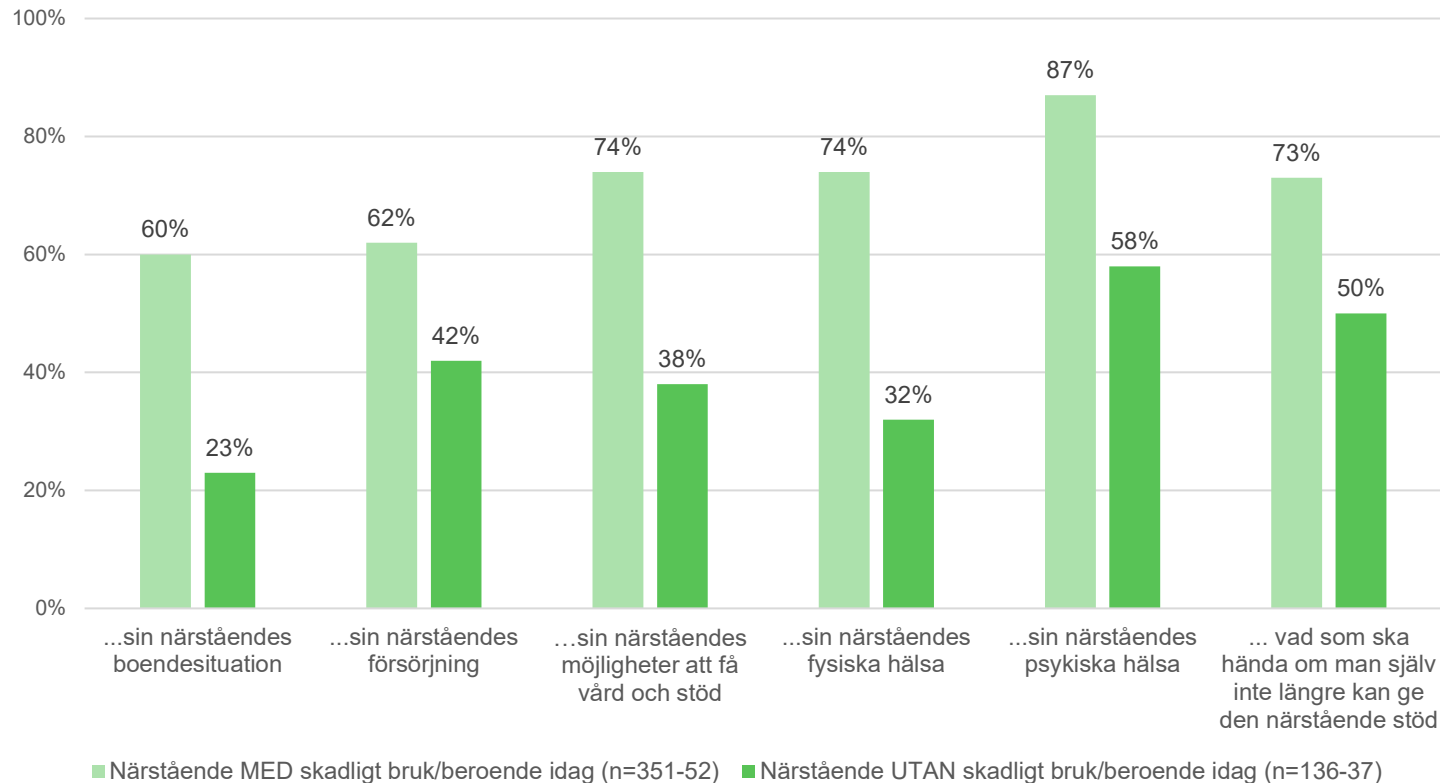
Konsekvenser anhöriga upplever

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



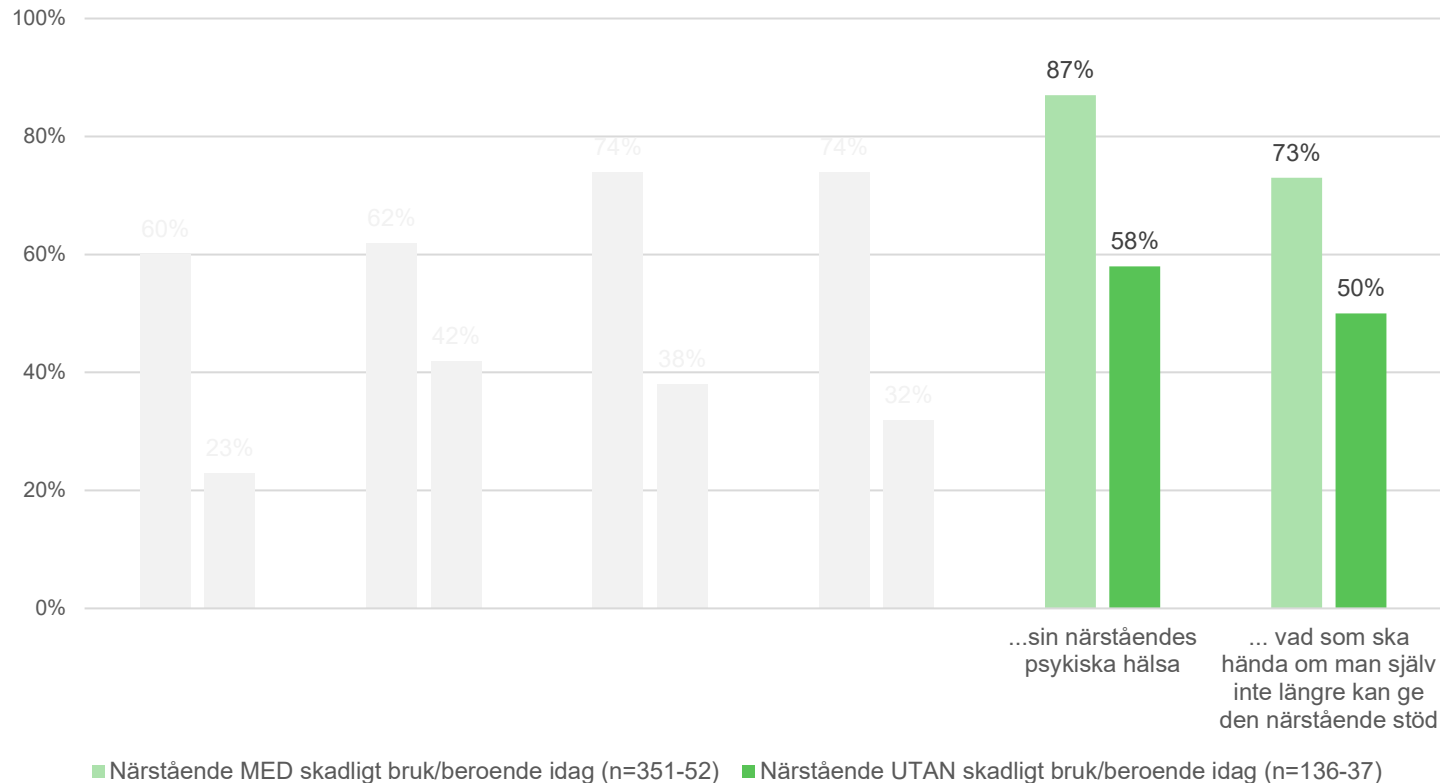
Stor oro

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden?
Andel som *instämmer mycket* eller *helt* i att de oroar sig för...



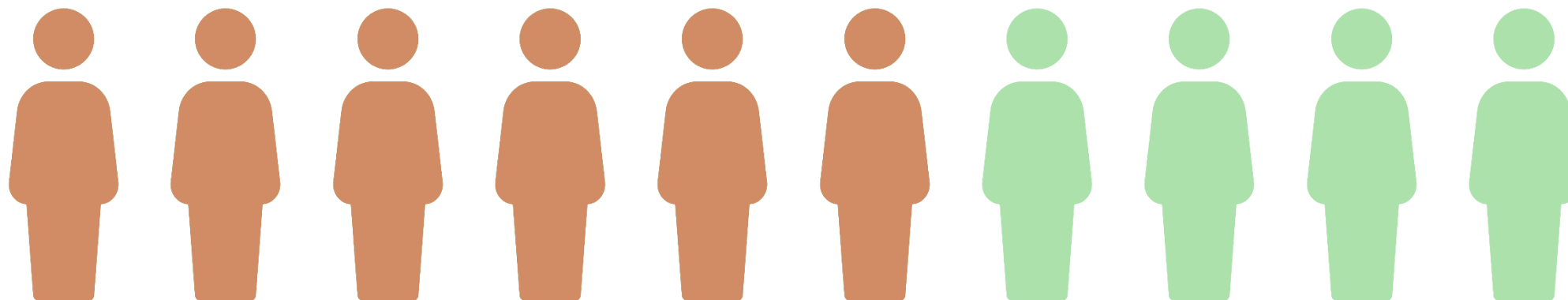
Stor oro

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden?
Andel som *instämmer mycket* eller *helt* i att de oroar sig för...



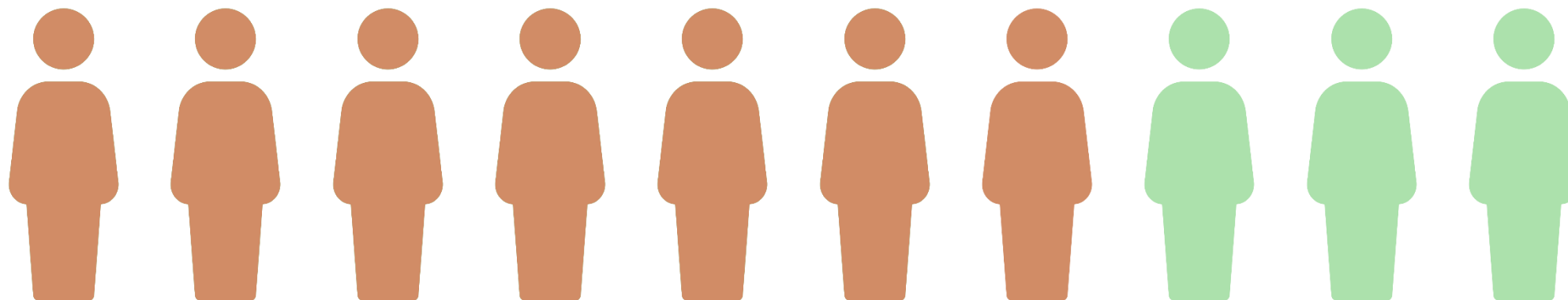
”Han kommer förlora jobbet om ingen förändring sker. Är det min uppgift att samla ihop honom och ta hem honom att bo med mig? Har så ont i magen. Min hjärna vilar aldrig!”

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

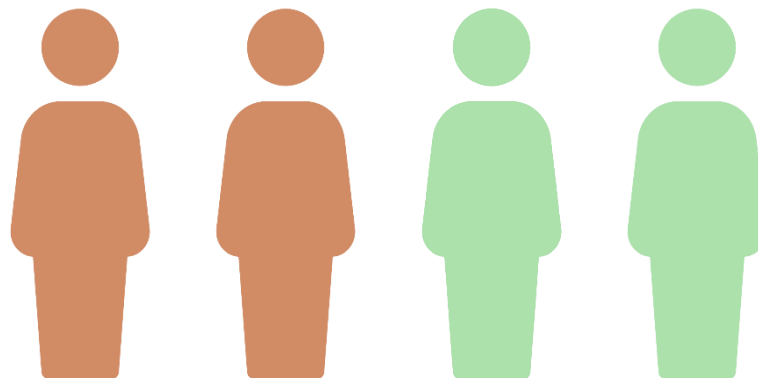
Stöd som anhöriga önskar

- Samtalsstöd i olika former
- Mer kunskap för att bättre kunna bemöta den närstående
- Mer kunskap om hur olika beroenden fungerar
- Att anhöriga blir inkluderade och lyssnade till i vård och stöd för den närstående

”Jag hade velat få stöd i kommunikation mellan mig och sonen. Vägledning i hur jag ska hantera sorgen och beroendet, se mig som ett hot.”
”Jag hade behövt att de inkluderade mig och trodde på mig som anhörig i stället för att både psykosocialt och praktiskt stöd.”

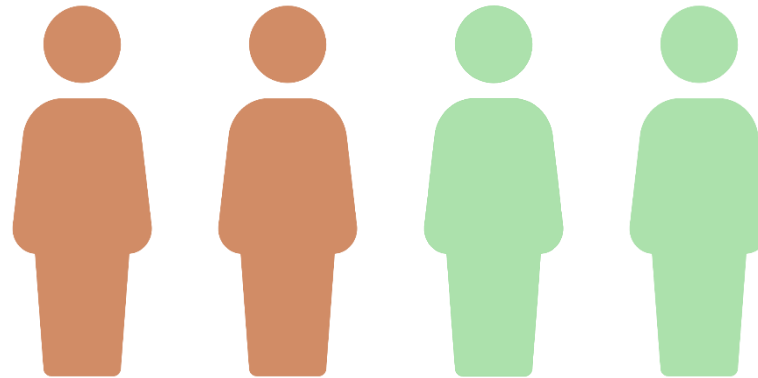
(Totalt 310 fritextsvar av 542 svarande)

Stigma och bemötande



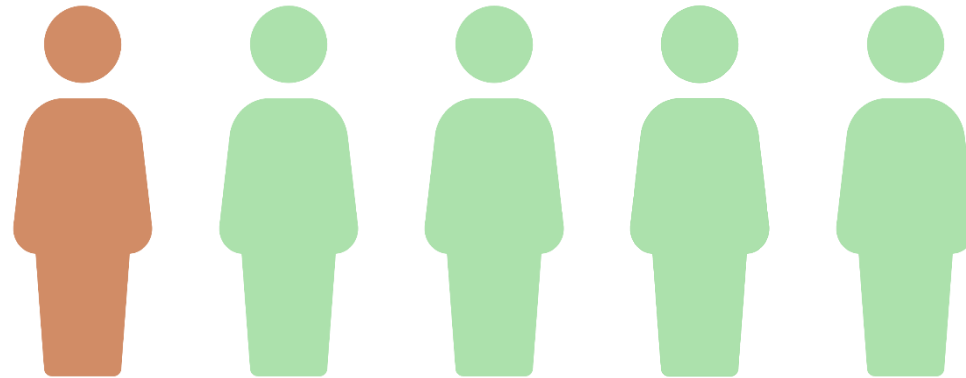
Hälften upplever att **samhället ser negativt på anhöriga till personer med beroende**

Stigma och bemötande



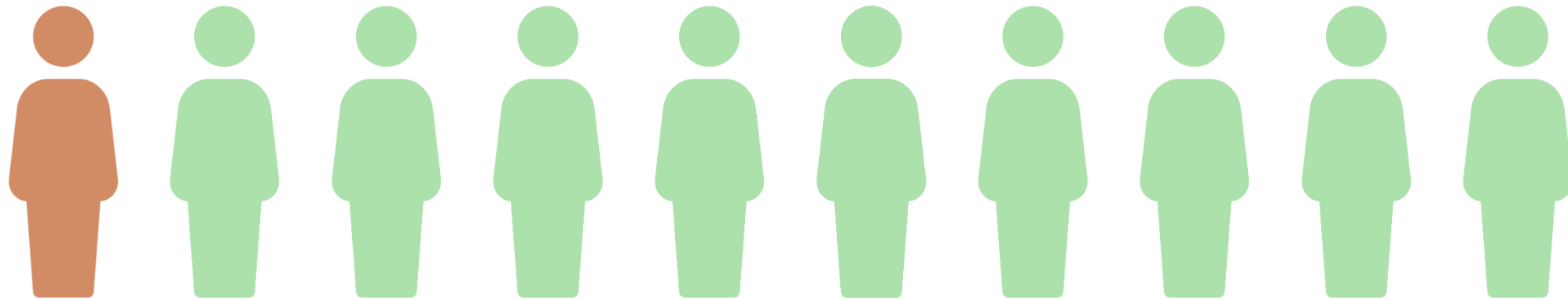
Nästan hälften upplever att **deras omgivning ser negativt på dem** när de berättar om sin situation

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
- ...har undvikit att söka vård eller stöd av rädsla för att få ett dåligt bemötande på grund av sin närståendes beroendeproblematik
- ...upplever att de fått ett sämre bemötande av vården när de berättat om sin närståendes beroendeproblematik

NSPH-rapporten 2025

- Ladda ner rapporten på nsp.se
- Lyssna på poddavsnitt i "Kafferast i kunskapsfabriken"
- Se sändning från den 10 oktober 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.

