

## Hjemme med syk forelder?

Vi lever lenger og vil leve lenger hjemme. Er vi rustet til å møte omsorgsoppgavene? Hvem sitt ansvar skal det være å sørge for god omsorg til de eldre? Hva trenger vi som pårørende for å kunne stille opp? Hvordan kan vi få til samarbeid mellom det offentlige og de pårørende til beste for alle?



### **Koordinering av hjelp**

På Pårørendesenteret møter vi mange pårørende som opplever at de blir koordinatorene for den nødvendige hjelpen som ytes til deres eldre.

Veilederen om pårørende i helse- og omsorgstjenesten fra

Helsedirektoratet, beskriver helse- og omsorgstjenestens ansvar for å snakke med de pårørende om deres situasjon, behov og ressurser.

Helsepersonells ansvar er altså å kartlegge og koordinere. De pårørende må være bevisste på og formidle hva de kan bidra med og hva de trenger, men dette krever en del kompetanse på det å være pårørende.

Ifølge Pårørendeundersøkelsen 2016 oppgir 74% av pårørende at

pårønderollen påvirker egen helse negativt og at det tar 30 timer i uken eller mer. God arbeidsfordeling og godt samarbeid rundt omsorgsoppgavene som ytes er avgjørende for å forebygge helsesvikt hos pårørende på grunn av for høy belastning.

## **Pårørendestrategi**

Fra 1. oktober 2017 plikter kommunene å ha en strategi for hvordan de skal møte, samarbeide med og følge opp pårørende i kommunen. I veilederen om pårørende i helse- og omsorgstjenesten formidles klare og tydelige forventninger til kommunalt og spesialisthelsetjenestenivå om hvordan helsepersonell skal anerkjenne, ivareta og støtte pårørende.

Disse føringene fra myndighetene er viktige virkemidler for å fremme samarbeidet mellom det offentlige hjelpeapparatet og pårørende. Dette synliggjør hvor avgjørende de pårørendes innsats er for samfunnet i møte med fremtidens omsorgsoppgaver.

## **Arbeidsliv**

Samfunnet utvikler seg i retning av økt behov for og forventning om at vi står lenger i arbeidslivet. Samtidig opplever mange pårørende at omsorgsoppgavene de har ikke er forenlig med dette. Barna er vår fremtid, men det er de eldre som har vært med og bygget samfunnet vi har i dag. Det står det respekt av. Livets siste 12 år fortjener å behandles med minst like mye verdighet og omsorg som de første 12. Gode ordninger for småbarnsforeldre med tanke på permisjoner, sykefravær og omsorg for barn tar vi i dag som en selvfølge. Kanskje bør det vurderes ordninger med sykelønnsdager for pårørende også de «siste 12» årene av pårønderollen for de eldre?

Tilstedeværelsen og tålmodigheten fra våre nære vi trenger som barn, gjør seg også gjeldende i alderdommen. Funksjonsfall og ensomhet er noe mange eldre opplever. Det å ha behov for sine nærmeste kan oppleves som å være til bry. Kan vi komme dit at det å yte omsorg for foreldre og ha ordninger for dette blir like selvfølgelig som for barn?

Får vi til ordninger for pårørende som gjør det mulig å stå i arbeidslivet samtidig som man kan yte positiv omsorg for sine nære kan vi oppnå at pårønderollen ikke blir for krevende. Kanskje kan vi da klare å stå i både omsorgsrolle og arbeidsliv lenger?

Har vi råd til å la det være?



Tekst:

**Kristin Lyse**

Webredaktør