

Ved bekymring

Alvorlig sykdom medfører ofte mange bekymringer. Bekymringene er lettere å håndtere dersom du er trygg på når du bør ta kontakt og hvem du kan kontakte når du trenger det.



Dersom du er bekymret for helsetilstanden til den som er syk, kan du ta kontakt med fastlege. Dersom bekymringen din omhandler at du ikke vurderer helsehjelpen som god nok, kan du drøfte saken med pasient- og brukerombudet som finnes i alle fylker. De kan bistå deg i å vurdere klage. All hjelp fra pasient- og brukerombudene er gratis og de har taushetsplikt. Du kan være anonym om du ønsker dette.

Du kan også utforme en bekymringsmelding som du sender til fastlege eller kommuneoverlege med kopi til fastlege, når du er bekymret for helsetilstanden til den som er syk og har spørsmål om han/ hun får riktig og tilstrekkelig behandling. Ring gjerne pasient- og brukerombudet for råd og veiledning.

Pasient- og brukerombudet kan hjelpe deg på flere områder, blant annet:

- Avklare og svare på generelle spørsmål om helsetjenester
- Dialogen med tjenestestedet
- Ta imot informasjon om opplevelser du har hatt i møte med helsetjenesten
- Informere om fremgangsmåte ved søknad og klage
- Hjelp deg med å skrive klage om du trenger det. Informere om hvor du kan henvende deg videre dersom de ikke kan hjelpe deg

Bekymringsmelding

Dersom du er bekymret for helsetilstanden til den som er syk er det som regel klokt å ta kontakt med fastlege og andre ansvarlige behandlere. De kan gi råd og veiledning om hva du skal se etter og når du bør be om mer hjelp. Dersom pasienten har samtykket til at du som pårørende kan få informasjon kan de informere nærmere om behandlingen og oppfølgingen som gis.

Eksempel på hva du kan melde bekymring om:

- Generell helsetilstand og funksjon i hverdagen
- Pasientens oppfølging av behandlingen
- Effekt av behandlingen
- At den som er syk er en fare for seg selv eller andre
- Svikt i hjelpen
- Pasienten har grunnleggende behov som ikke blir dekket

“ Når du er bekymret for om den som er syk får god nok helsehjelp bør du drøfte saken med den som er syk først.

Dersom kommunikasjonen din med den som er syk er vanskelig, kan du drøfte saken med pasient- og brukerombudet. Noen har også nytte av å diskutere dette med andre nærpå personer. For andre er bruker- og pårørendeorganisasjoner gode støttespillere.

Du kan utforme en bekymringsmelding som du sender til fastlege eller kommuneoverlege, med kopi til fastlege. Dersom du er bekymret for helsetilstanden til den som er syk og har spørsmål om han eller hun får riktig og tilstrekkelig behandling; Ring gjerne [pasient- og brukerombudet](#) for råd og veiledning.



Barn og unge som pårørende

Dersom du er bekymret for dine barn – ikke vent til situasjonen er blitt uhåndterlig. Søk hjelp.

→ [Ved bekymring for barn og unge som pårørende](#)

Opprinnelig publisert: 1. februar 2017

Sist oppdatert: 26. august 2022