

Å være nærmeste pårørende når sykdommen forverrer seg

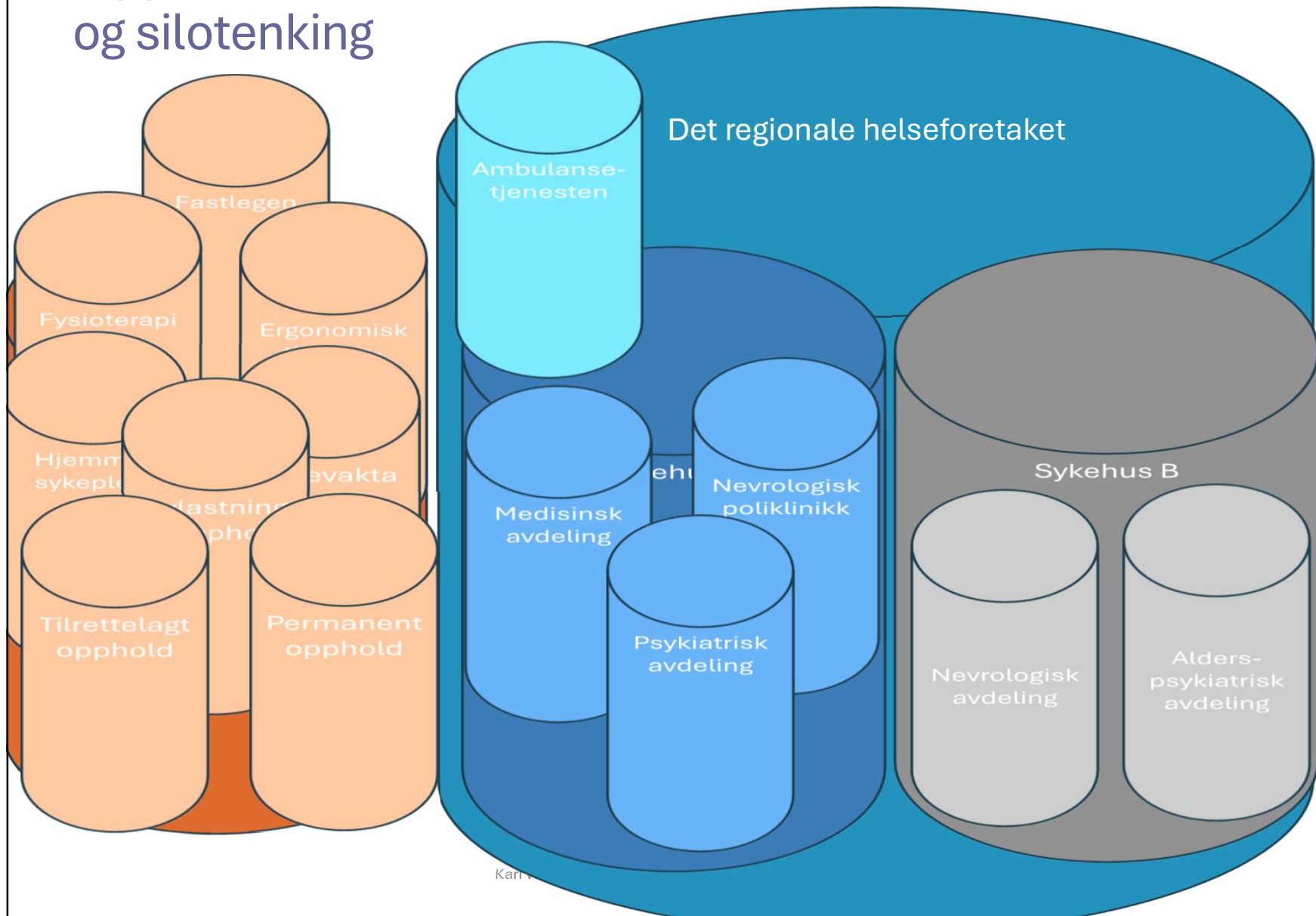
Medlemsmøte
Trøndelag parkinsonforening
Hell oktober 2025

Kari Witsø
Pårørende
Inntrøndelag Parkinsonforening

Kari Witsø 48108491 kari.witsoe@gmail.com

Knappe ressurser og silotenking

Noen spiller på pårørende så langt den pårørende tillater det



Emosjonelt belastende arbeid – årsaker og virkninger

Eksponering

- Emosjonell dissonans
- Rollekonflikter
- Ethiske dilemma
- Årvåkenhetsbelastning
- Lav kontroll
- Vold, trusler, trakassering



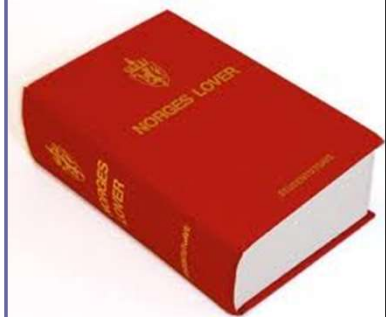
Potensielle virkninger

- Frykt for vold, trusler, trakassering
- Skam
- Bekymringer
- Psykiske plager som angst, depresjoner og søvnlidelser
- Fysiske plager – muskel og skjelettlidelser
- Reduserte evne til empati og medfølelse (Compassion fatigue)
- (Sekundær) traumatisering

Kari Witsø 48108491 kari.witsoe@gmail.com

Sentrale pasient- og brukerrettigheter

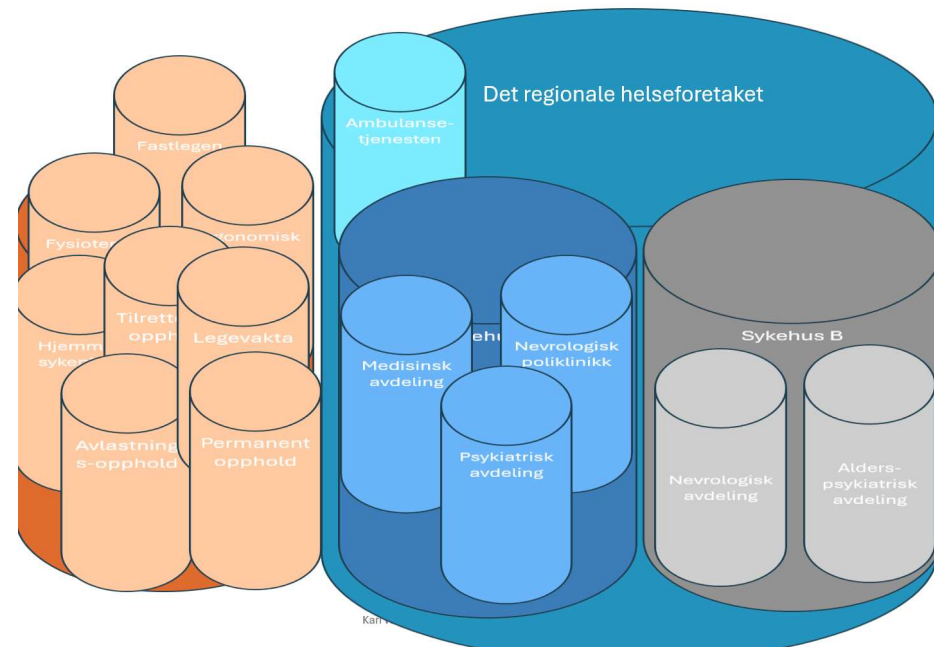
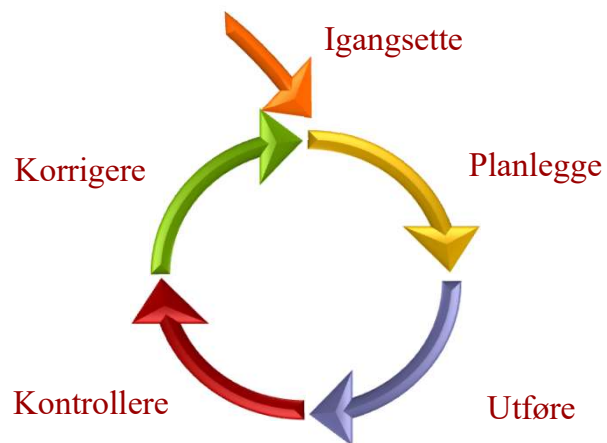
- Rett til individuell plan ved behov for langvarige og koordinerte helse- og omsorgstjenester
- Rett til kontaktlege ved alvorlig sykdom, skade eller lidelse ved behov for behandling eller oppfølging av spesialisthelsetjenesten av en viss varighet
- Rett til koordinator ved behov for komplekse eller langvarige og koordinerte tjenester



Jfr. Pasient- og brukerrettighetsloven, Helse- og omsorgstjenesteloven og Spesialisthelsetjenesteloven

Kastvollen Rehabiliteringssenter AS

- Tverrfaglig rehabilitering
- Eid av flere kommuner i fellesskap
- Fastleger og nevrologer sender henvisninger



Kari Witsø 48108491 kari.witsoe@gmail.com

Å ta vare på ressurser



Kari Witsø 48108491 kari.witsoe@gmail.com

Pårørendes kan ha rett til avlastningstiltak for å lette omsorgsbyrden

Avlastningen skal gi deg mulighet til å

- stå i jobb
- ha fritid og ferie
- ha et familieliv
- delta i aktiviteter i samfunnet



NB!

Kilde: Hentet 2025 09 03 fra <https://www.helsenorge.no/parende/parendes-rettigheter/>

6.1 Støtte til pårørende med omfattende omsorgsoppgaver

- Kartlegg pårørendes behov for støtte
- Snakk med pårørende om sammenheng mellom ressurser, omsorgsoppgaver og helse
- Involver pårørende når pasient/bruker mottar tjenester i deres felles hjem
- Bidra til at pårørende får støtte til mestring gjennom tilpasset opplæring, veiledning og rådgivning
- Bidra til at pårørende får mulighet til å møte andre i samme situasjon
- Ved behov, støtt pårørende i å opprettholde aktiviteter, arbeid og sosialt nettverk
- Ved mistanke, spør pårørende direkte om vold og overgrep



Kilde: Hentet 2025 09 18 fra

<https://www.helsedirektoratet.no/veiledere/parendeveileder/stotte-familie-og-andre-parende/stotte-til-parende-med-store-omsorgsoppgaver-ogeller-belastninger>

Pårørendeavtale - et verktøy for godt samarbeid - overskrifter

- Hva er viktig for deg
- Er det oppgaver du ønsker å gjøre/ikke gjøre?
- Er det noe viktig vi bør vite om
- Informasjon om tjenestetilbudet til pasienten/ brukeren.
- Informasjon om at kommunen skal tilby nødvendig pårørendestøtte (opplæring, veiledning, avlastningstiltak m.m.)
- Informasjon om tiltak som finnes i kommunen
- Hvordan skal vi holde kontakten?
- Viktig kontaktinformasjon
- Uforutsette situasjoner
- Plan for neste møte
- Evaluering og oppfølging av avtalen



Kilde: Hentet 2025 09 03 fra <https://www.helsedirektoratet.no/lov-og-forskrift/parorende/parorendeavtale--et-verktoy-for-godt-samarbeid#herfinnerdupaarorendeavtale> Guide for bruk av pårørendeavtale

Takk for meg og
oppmerksomheten!



Kari Witsø
Pårørende
kari.witsoe@gmail.com
Tlf.: 48108491