



Pårørendealliansen

Oslo, 09.12.25

## Innspill til Rusbehandlingsutvalget fra Pårørendealliansen

*Pårørendealliansen (PA) er en frittstående paraplyorganisasjon som skal arbeide for å ivareta pårørendes interesser og rettigheter, uavhengig av hvem man er pårørende til. 800 000 pårørende og rundt 150 000 barn og unge pårørende utfører i dag en innsats på 136 000 årsverk for landets pasienter, brukere og eldre. Pårørendealliansen skal synliggjøre pårørendes utfordringer i alle livsfaser og skal være en aktiv pådriver i utformingen av en pårørendepolitikk i Norge som sidestiller alle pårørendegrupper. Vi har i dag 49 medlemsorganisasjoner med til sammen 850 000 personer tilknyttet som medlemmer eller ansatte. Se gjerne mer om dette og vårt arbeid på [Pårørendealliansen \(parorendealliansen.no\)](http://parorendealliansen.no).*

### Innledning

Riksrevisjonens gjennomgang av helse- og velferdstjenester til personer med samtidige rusmiddel- og psykiske lidelser viser tydelig at pårørende i dag ikke blir godt nok ivaretatt. Rapporten peker på at tjenestene sjeldent involverer pårørende, selv når det foreligger samtykke, og mange pårørende opplever å bli utelatt, avvist eller holdt utenfor viktige prosesser. Helsepersonell er ofte usikre på taushetspliktens rammer, noe som fører til at informasjon tilbakeholdes mer enn nødvendig. I tillegg er det store geografiske forskjeller i hvordan pårørende møtes og inkluderes, og pårørendes omfattende innsats blir i liten grad anerkjent, sett eller støttet.

Rusbehandlingsutvalget har fått et viktig mandat: å legge grunnlaget for gode, tilgjengelige og virkningsfulle tjenester for mennesker med rusmiddel- og avhengighetsproblemer. For å lykkes med dette må man samtidig se de som ofte bærer de største, mest langvarige og mest usynlige belastningene: **pårørende**. Blant disse er **barn og unge som pårørende** en av de mest sårbare gruppene. De lever med uforutsigbarhet, omsorgsbyrde, skjult ansvar og stigma, og de utvikler ofte både psykiske og fysiske helseplager som følge av foreldres eller andre nærstående rusmiddelproblemer. Det er derfor helt nødvendig at utvalgets arbeid inkluderer et tydelig og forpliktende barne- og ungdomsperspektiv.

### 1. Pårørende som likeverdige partnere i behandling og oppfølging

Pårørende har i dag et svakt og uforutsigbart vern i rusfeltet. For å sikre bedre kvalitet og kontinuitet i behandlingen må pårørende ses som **likeverdige samarbeidspartnere** der pasienten

**Pårørendeveilederen** må ligge til grunn for praksis — også i spesialisthelsetjenesten, der involveringen av pårørende fortsatt er svært varierende.

Veilederen må ikke bare være en anbefaling, men må implementeres i praksis. Den gir tydelige råd om involvering, informasjon og støtte til pårørende, inkludert barn og unge.

### 2. Styrket støtte til pårørende – uavhengig av pasientens behandlingsstatus

Pårørende lever ofte i årevis med høy belastning: bekymring, ansvar, utrygghet, økonomiske utfordringer og emosjonell slitasje. For barn og unge kan belastningen være hele oppveksten og få konsekvenser langt inn i voksenlivet.



Utvalget bør anbefale:

- lavterskel, gratis og tilgjengelige støttetilbud for alle pårørende
- rask tilgang til samtaler, veiledning og krisehåndtering
- systematisk informasjon om rettigheter og hjelpetilbud
- styrking av tilbud spesielt utviklet for barn og unge, som gjerne ikke selv ber om hjelp

Barn trenger en trygg voksen som ser dem – og en tjeneste som følger dem opp selv når forelderen ikke gjør det.

### 3. Barn og unge som pårørende – et særlig ansvar

Barn og unge som lever med rus i hjemmet er en av de mest oversette gruppene i rusfeltet, til tross for sterke juridiske forpliktelser i helsepersonelloven, barnevernloven og spesialisthelsetjenesteloven.

Disse barna:

- opplever ofte uforutsigbarhet, omsorgssvikt og tidlig ansvarstakning
- skjuler familiens problemer av lojalitet og skam
- har forhøyet risiko for psykiske helseplager, skolefravær, sosial isolasjon og egne rusutfordringer
- mangler informasjon om hva som skjer og hvorfor
- har liten tillit til tjenesteapparatet hvis de tidligere har opplevd at «ingen så dem»

Derfor bør utvalget foreslå at:

- helse- og sosialtjenestene identifiserer barn og unge pårørende systematisk
- alle barn og unge som pårørende får tilbud om samtaler og støtte – ikke bare informasjon
- barns og unges behov tas inn som et obligatorisk vurderingspunkt i alle behandlingsforløp for rusavhengige

Dette handler både om forebygging, helse og likeverdige tjenester.

For barn og unge innebærer dette også at tjenestene:

- systematisk kartlegger om pasienten har barn
- gir alderstilpasset informasjon om situasjonen
- vurderer barnets omsorgssituasjon og behov for tiltak
- samarbeider med skole, fastlege og barnevern ved behov

### 4. Tilbud om Pårørendeavtale

For å sikre forutsigbarhet bør pårørende få tilbud om en **pårørendeavtale**. Denne har som formålet er å ivareta pårørende – sørge for at deres oppgaver, belastning, behov og rettigheter blir synliggjort. Og bidra til en god dialog mellom pårørende og kommunal helse- og omsorgstjeneste, struktur og faglig kvalitet i pårørendearbeidet bør tjenestene innføre

Derfor bør utvalget foreslå at:



Pårørendealliansen

- alle kommuner og spesialisthelsetjenesten tilbyr **Pårørendeavtale** der pårørende har omsorgs- eller oppfølgingsoppgaver
- avtalen blir en integrert del av behandlingsplanen for personer med rusmiddelproblemer det utvikles en tilpasset versjon for rusfeltet, inkludert modul for barn og unge som pårørende
- ansatte får opplæring i bruken av verktøyet og i pårørenderarbeid generelt

## 5. Anerkjennelse av pårørendes belastning – før, under og etter behandling

Pårørende følger ofte den rusavhengige gjennom gjentatte behandlingsforløp, tilbakefall og kriser. Denne påkjenningen påvirker helse, arbeidsevne, økonomi, relasjoner og livskvalitet.

Derfor bør utvalget anbefale:

- egne samtaletilbud for pårørende i alle aldre
- målrettede tiltak for barn, ungdom og unge voksne
- avlastning og støtte for familier i krise
- bedre samarbeid mellom NAV, helsetjenester og skole
- kartlegging av pårørendes behov når belastningen er betydelig (Pårørendeavtalen)

Det er god folkehelsepolitikk å investere i pårørendes helse – og det styrker pasientens mulighet til bedring.

## Avslutning

For at rusbehandlingen i Norge skal lykkes, må den ta utgangspunkt i hele personen – inkludert deres relasjoner og familie.

Pårørende er avgjørende både for forebygging, for stabilitet i behandlingsforløp og for varig bedring.

Derfor må utvalget:

- styrke pårørendes posisjon
- sikre helhetlige og tilgjengelige tilbud
- gi barn og unge som pårørende en tydelig og sentral plass i fremtidens ruspolitikk

Vi ønsker lykke til med behandling av høringsinnspillene!

Med vennlig hilsen,

Anne-Grethe Terjesen, Fagsjef

Robin K. Andreassen, Fagrådgiver