

PÅRØRENDE- en del av teamet til den palliative pasient

Merete Brungot Kløvning
Pårørendekoordinator Ålesund kommune
Februar 2026



Pårørende

Rundt 800 000 mennesker er pårørende i Norge i dag

En naturlig del av det å være i relasjon til andre mennesker

I spennet mellom godt, naturlig og en del av livet...til at dette orker jeg ikke, omsorgsansvaret er for stort

Utfører arbeid tilsvarende 136 000 årsverk – verdier som i lønnet arbeid utgjør ca 40 milliarder kr per år



Hvordan hjelper pårørende?

- Utfører praktiske analoge oppgaver (transport, handling osv)
- Utfører digitale oppgaver (banktjenester, søknader osv)
- Pleie og omsorgsoppgaver
- Omsorg – ivaretagelse, psykisk støtte
- Kunnskapsformidler til helsetjenesten



Smertepunkt

(Nasjonal Pårørendeundersøkelsen 2023)

- Ensomhet, opplevelse av å stå alene
- Manglende oversikt over tjenester, tilbud og rettigheter
- Utfordringer med å nå frem, komme i kontakt med hjelpeapparatet
- En opplevelse av å måtte drive prosessen frem selv
- Ikke bli hørt når en gir uttrykk for egne behov for hjelp
- Manglende avlastning



Å være pårørende til den palliative pasient

- Sykdomsforløp langt eller kort
- Familien har gått en vei før vi kom inn
- Vår pasient – den andres ektefelle, kjæreste, mor, søster...
- Tap av hverdagen slik den var, usikkerhet rundt fremtiden
- Sorg over det som ikke ble, eller det som ble annerledes
- Sorg over å skulle miste





«Vi så for oss hvordan
fremtiden ville bli, så tok
livet en kronglete og ulendt
sti»

Fritt etter diktet «Stien til verdens ende» av Margaret Skjelbred

Sykepleieren sin rolle som omsorgsgiver

Omsorg som en tredelt dimensjon

(Kari Martinsen):

- Et relasjonelt begrep, det mellommenneskelige
- I praktisk tilnærming – konkrete situasjonsbetingede handlinger
- Det etiske og moralske – omsorg som en overordnet verdi

Sensivitet og åpne sanser

Urørlighetssonen: «Du skal ikke invadere et rom du ikke skal være i»



Har vi noen plikter i møte med pårørende?

Pårørendeveilederen: 2.1: Plikt til pårørendeinvolvering og støtte

Helse- og omsorgstjenesten skal ha **systemer og rutiner** som legger til rette for informasjon og dialog med pårørende. Pårørende kan også ha behov for støtte og hjelp for egen del. Rammer for dialog med pårørende er ledelsens ansvar og må kommuniseres til pasienter, brukere og pårørende.

Pårørende bør ha tilbud om en **fast kontaktperson** i tjenesten. Når flere tjenester er involvert, bør tjenestene avklare hvem pårørende kan kontakte ved spørsmål om tjenestene; koordinator eller kontaktpersoner i de ulike tjenestene.

Faste **møtepunkter** for pasient/bruker, pårørende og kontaktpersonen i tjenesten kan være: første samtale, planlagte og forutsigbare oppfølgingssamtaler, avslutningssamtale med pasient/bruker og pårørende eller ettersamtale med etterlatte



Inkludering og støtte

- Inkludering: hvordan pårørende ønsker å være involvert (i forståelse med pasient) konkret: for eksempel ADL, ernæring, som informant til tjenestene, trygging og psykososial støtte til pasienten ++
- Støtte: avdekke individuelle behov hos pårørende – igjen med utgangspunkt i systematisk kartlegging
- Avklaring – tydelig ansvarsdeling, forutsigbarhet: Pårørendeavtale, Palliativ plan eller annen metodisk tilnærming
- Dialog underveis – kontaktperson / primærkontakt



Pårørendeavtale - samtaleverktøy

- Hva er viktig for deg for å stå i rollen din over tid?
- Informasjon om tjenesten/vedtaket
- Er det noen oppgaver du ønsker å gjøre/ikke gjøre? Obs – det er kommunens ansvar å ivareta helse- og omsorgsoppgaver
- Info om aktuelle tilbud/tjenester for pårørende
- Er det noe viktig vi bør vite om?
- Hvordan holde kontakten
- Plan for uforutsette situasjoner
- Viktig kontaktinformasjon
- Evaluering og plan for eventuelt nytt møte



Julaften på sykehjemmet



Else på rom 203 kommuniserer lite, hun må ha hjelp til alt i forhold til stell og ernæring, er kun sengeliggende og stelles i seng. Hun har en kognitiv svikt, flere diagnoser, og er i en palliativ setting, men kan enda leve flere måneder.

Datteren besøker sin mor hver helg, det er bare de to. Da hjelper hun også mammaen sin med stell.

Denne julaften er vi en glad og fin gjeng på dagvakt. Vi ønsker å gjøre det lille ekstra for alle denne dagen, vi er godt bemannet og «i god driv».

Vi blir enige om å stelle Else før datteren kommer, vi tenker det vil være en hyggelig overraskelse, å komme på besøk til en mamma som er fint stelt og kledd i juleklær.

Vi rekker å stelle Else, rydder og ordner også på rommet, er godt fornøyd med egen innsats

....så kommer datteren. Hun blir kjempelei seg....

Oppsummert:

- Vi kan ikke velge bort ivaretagelse av pårørende- begrunnet i lovverk, føringer og pårørendes behov
- Behov for systematisk tilnærming til pårørende som en naturlig inngang/start
- I tillegg og langsmed: sensitivitet, sansning, kommunikasjon
- Bevissthet: hva er inkludering og hva er støtte – og hva er det behov for i den individuelle situasjon?
- Vi skal videre til nye pasienter og pårørende – nye situasjoner. For pårørende er dette skjellsettende, det ene, det store.....



Refleksjon

Hva kan hemme og hva kan fremme samarbeid med pårørende til den palliative pasient?

...Hemmere: kan de dempes, ellers gjøres noe med?





«Livslyst når det røyner på»
Mestringskurs for voksne
etterlatte

Takk for meg

- Kontaktinfo:

merete.brungot.klovning@alesund.kommune.no

Mobil: 480 91 554

Facebook: Pårørendekoordinator i Ålesund
kommune

