

# Kan fastlegen vere nyttig for barn i familiar med rusproblem?

Frøydis Gullbrå  
Fastlege, PhD

Modalen kommune  
Allmenmedisinsk forskningsenhet Bergen,  
Uni Research Helse

# Barn affisert av rus i familien

## Kan arte seg på mange måtar



# Avgrensing

- Foreldre som rusar seg (Ikkje gravide)
- Omfang
- Konsekvensar for barna
- Kva treng desse familiane
- Kva kan fastlegen gjere

# Omfang

- 70000 barn i Norge lever med ein forelder med moderat eller alvorleg alkoholmisbruk
- Mange av foreldra har anna psykisk liding i tillegg til alkoholmisbruk
- På fastlegeliste (1200 pers) er det ca 14 slike barn

(Torvik FA, Rognmo K. FHI Rapport no 2011:4. Oslo, Norway)

# Konsekvensar

## Typisk situasjon i familie med rusbruk

- Økonomiske vanskar
- Dårleg kommunikasjon i familien
- Sosialt isolert
- Rolle-endring innan familien
- Manglande struktur og rutinar i familien
- Ritual endra; måten å feire jul / bursdag / ferie

(Velleman & Templeton, 2007)

# Konsekvensar

## Innverknad på barnas kvardag

- Neglekt / Omsorgssvikt
- Mishandling / vold
- Negative livshendingar (skilsmisse, ulukker, mm)
- Uforutsigbar, utrygg kvardag
- Ekstra omsorgsoppgåver

(Christoffersen & Soothill, 2003)(Rossow, Felix, Keating, & McCambridge, 2015)(Navarro, 2015)(Velleman & Templeton, 2007)

*«Jeg har ikke et godt forhold til faren min som er alkoholiker, da. Men da jeg var mindre så kom moren min til meg for at jeg skulle trøste og passe på henne.»*

## **Jente 17 m rusavhengig far**

# Konsekvensar

## Følelsar barna kan slite med

- Skam
- Skuld
- Sinne
- Ynskje om å hjelpe / beskytte
- Frykt / bekymring
- Utrygghet, «antenner ute»

(Velleman & Templeton, 2007)



*«Og igjen så kommer det instinktet man har til mammaen sin at uansett .....Hun har vært så kiip og sagt så mye slemt. Og så kommer mitt instinkt og sier at nei, nei, nå bare sier jeg unnskyld selv om jeg ikke har gjort noe galt, så går det bra. Det har jeg gjort hele livet mitt.»*

## **Jente 18 m rusavhengig mor**

# Konsekvensar

## Eigne problem barna kan få

- Konsentrasjonsvanskar
- Åtferdsvanskar
- Dårlegare skuleresultat
- Emosjonelle vanskar
- Sosial isolasjon
- Fysiske plager
- Eige rusmisbruk

(Rossow, Felix, Keating, & McCambridge, 2015) (Felitti et al., 1998)

# Forsterkande faktorar

## aukar risiko for at barn får problem

- Barn som er utrygge og reserverte
- Vitne til vald og rusbruk i heimen
- Negativt samspel i familien
- Manglande stabil vaksen-person
- Lite støtte i barnehage/skole og nettverk
- Familier som ikkje søker hjelp
- Begge foreldre rusbrukarar

(Velleman & Templeton, 2007)

(Rossow, Felix, Keating, & McCambridge, 2015)

# Beskyttende faktorar

- Ein stabil trygg vaksenperson
- Gode familie-relasjonar
- Bevert familie
- Støttande foreldre
- Deltaking i fritidsaktiviteter / hobbyar
- Gode skuleprestasjonar
- Gunstig temperament (ekstrovert, probl.løysing)

(Moe, Johnson, & Wade, 2007)

(Navarro, 2015)(Velleman & Templeton, 2007)

# Barna treng

- Bli sett, høyrte og involvert
- Ein trygg og forutsigbar kvardag
- «friminutt»
- Informasjon om foreldra sin sjukdom/problem
- Svar på spørsmål og tanker
- Avlastning frå ansvar

(Moe, Johnson, & Wade, 2007)

(Velleman & Templeton, 2007)

*Det jeg i hvert fall sliter med er at jeg og faren min snakker ikke om det. Så det er på en måte ikke der. Og det er litt vanskelig fordi vi later på en måte som om det er helt normalt, og så er det ikke helt normalt da...Begge vet at det liksom er i rommet. Men ingen tar det opp. Og jeg ser jo på det som et veldig stort problem. Men han gjør jo ikke det. Så det syns jeg i hvert fall er veldig vanskelig*

## **Gut 16, med far som brukar hasj**





# Sånn kan dei sjå ut på fastlegekontoret





# Kva kan fastlegen gjere

## Dette seier ungdommane:

- Strevsam og uforutsigbar kvardag
- Kontaktar fastlegen for fysiske plager
- Vanskeleg å ta opp det som føregår heime
- Vil bli møtt både som seg sjølv - og som medlem av familie med belastningar
- Fastlegen si hjelp kan vere informasjon, samtaler og å støtte mestringsstrategiar

# Kva kan fastlegen gjere

## Dette seier fastlegane:

- Identifisere barn i risiko
- Informere og gi råd til foreldre
- Samarbeide med andre om desse barna
- Barrierar
  - Tid og kapasitet
  - Frykt for å leggje stein til byrden

# Kva kan fastlegen gjere

## Dette seier sjuke/rusbrukande foreldre:

- Det var viktig for dei å framstå som gode foreldre
- På same tid trengte dei hjelp for å
  - Snakke med barna om situasjonen med sjukdom/rus.
  - Sikre at barna får den støtte dei treng
  - Få informasjon om støttetiltak, økonomiske rettar
- Dei ynskte at fastlegane tok opp barna sin situasjon

# Fokus for arbeid

- Alle barn med rusbrukande foreldre får ikkje sjølv problem
- Mange klarer seg godt
- Gjer ein innsats der det trengs
- Spel på andre

# Men i praksis? Korleis?



# Tre premiss til grunn for arbeid med barn som pårørende gjennom foreldre

1. Styrke foreldra i foreldrerolla
2. Heilheitleg hjelp gjennom samarbeid
3. Taushetsplikt / samtykke

# Tre oppgåver

1. Har pasienten barn
2. Har barna udekka behov
3. Nødvendige tiltak

# Aktuelle tiltak

- Gjere foreldra merksom på barnet sine behov
- Felles samtale med partner (samtykke)
- Samtale med barnet / ungdom
- Samarbeid med helsesøster (samtykke)
- Samarbeid med psykiatriteneste i kommunen
- Samarbeid med skule / barnehage (samtykke)
- Henvise barn / ungdom ved behov
- Samarbeid med barnevern
- Gruppetilbod for barn av rusavhengige



# Aktuelle nettressurser for legen

- NEL – under tema «Barn som pårørende».
- [www.snakketoyet.no](http://www.snakketoyet.no) samtaleverktøy
- Barnsbeste.no
- Nettkurs «Barn som pårørende» på legeforeningen sine kurssider

# Aktuelle nettressurser for barn / sjuke foreldre

- Barweb.no – info og chatt
- Rustelefonen.no - chatt for pårørende
- Morild.org – chatteteneste for ungdom
- Helse Norge – «når barn blir pårørende»

# Samarbeid

*« jeg var i går på samarbeidsmøte rundt ei 10 år gammel jente. De andre i møtet uttrykte positiv forundring over at jeg kom, de forventet visst ikke at fastleger deltar i slike møter. Jeg opplevde at jeg kunne støtte mor i møtet, og ta hennes perspektiv ut fra kjennskapet jeg har til henne som fastlege. Jeg opplevde at det var viktig for mor at jeg var der.»*

# Godt samarbeid:

- *«Eg vet jo hvilken helsesøster vi har, sant. Hun ringer til meg, og eg ringer til hun. Hun er jo helt fantastisk. Hun fanger jo opp alt som er av problemer. Altså, det er jo sånne personer som betyr noe.»*

# Samarbeid - utfordringar

- «Vi blir ofte ikke invitert til samarbeidsmøter»
- «Vi vet lite om hva som skjer rundt barna. Vi får lite informasjon frå 2.linje-tjenesten. Og enda mindre frå annen kommunal tjeneste».
- «...eg føler meg litt marginalisert og eg tror ikkje eg skal involvere meg så veldig i å ta tak i hele greien og hovedansvaret, men eg har no et og annet eg kunne bidratt med, tror eg.»

# Samarbeid- ynskjer

- «Og av og til tenker du at det hadde no vært greitt å satt seg ned med, nærsagt apparatet, og kanskje få litt informasjon og gi informasjon og se på dette fra flere vinkler. Og barnevernet er en sånn institusjon som en tenker en av og til skulle satt seg ned sammen med.»

# Samarbeid, foreldre

*«Fastlegen min har vært veldig flink å stille opp på ansvarsgruppemøter. Da får ho litt meir innblikk enn om ho hadde bare vært på kontoret... Og på de møtene snakker vi jo egentlig om alt, da. Det er jo veldig viktig at fastlegen er på det møtet. Ellers så hadde ho ikke hatt noe innsyn, det er eg ganske sikker på. Eg er jo ikke så ofte til legen.»*

Psykisk sjuk mor

# Oppsummering

- Barn med rusforeldre treng å bli sett
- Kartlegge behov – foreslå tiltak
- Det skal ikkje alltid mykje til
- Nytt sjansen når ungdom er innom
- Samarbeid !



**Har du barn?**



