



# Til deg som pårørende

**Avdeling rus- og avhengighetsbehandling**  
Klinikk psykisk helse og avhengighet



# VELKOMMEN TIL AVDELING FOR RUS- OG AVHENGIGHETSBEHANDLING (ARA)

**Pårørende kan være en avgjørende faktor i pasientens bedringsprosess, og ofte har pårørende også behov for informasjon og oppfølging for egen del**

Mange pårørende har vært sterkt tilstede for den de bryr seg om over en lang tidsperiode. Mange har strevd mye alene. Vi vil gjøre det vi kan for å bidra med nødvendig informasjon og støtte til deg / dere.

Med pårørende mener vi de menneskene som er involvert og en del av pasientens liv på ulike måter.

Den som er i behandling ønsker ikke alltid å involvere sine pårørende. Det kan være flere grunner til det, og kan noen ganger være vanskelig å forstå og akseptere. - Det viser seg at mange allikevel er opptatt av at pårørende skal få hjelp for egen del.

Pårørendeinvolvering er tema i samtaler med pasienten i behandlingsforløpet.

## **Pårørendes egne behov**

Den som er i behandling går ofte gjennom forandrings- og utviklingsprosesser og får hjelp til dette.

Når en som står deg nær nå er i behandling er det en god anledning for deg til også å kunne kjenne på behov og jobbe med egne utfordringer.

Vi kan bistå med å finne ut av hva som kan være til hjelp for deg. Ta kontakt for en prat.



Det finnes frivillige organisasjoner som har mange års erfaring med å hjelpe pårørende. Mange har egen erfaring som pårørende. Det er tilbud der man både kan få hjelp individuelt, som par og familie, deltakelse i gruppe, kurs og telefonkontakt.

Bak på brosjyren henvises til ulike organisasjoner som tilbyr hjelp og støtte.



Foto: Shutterstock. Illustrasjonsfoto

### **Behandling for pårørende**

I noen tilfeller har pårørende levd så lenge med omfattende belastninger, at de selv er i behov av behandling

Seksjon ruspoliklinikker har følgende behandlingstilbud til pårørende:

- Samtalebehandling
- Gruppetilbud for pårørende til en som har eller har hatt et rusproblem.

Ta kontakt for mer informasjon:

Telf: 23 36 89 00 / 23 02 63 50

Din fastlege eller NAV kan henvise til behandling ved Seksjon ruspoliklinikker.

### **Barn som pårørende**

Det er alltid fokus på barn som pårørende når barn er involvert. Vi avklarer barnas situasjon sammen med pasienten.

Vi snakker også med pasientene om barn og samarbeider om å gi både barna/et og omsorgspersoner nødvendig informasjon, støtte og hjelp.

## **Generelt om taushetsplikten**

Alle pårørende har rett til generell veiledning og informasjon. Selv om helsepersonell har taushetsplikt om pasientens sykdom eller andre personlige forhold så har de alltid lov til å snakke med deg som pårørende. Helsepersonell bryter ikke taushetsplikten ved å lytte til

pårørende. Helsepersonell bryter heller ikke taushetsplikten ved å snakke med deg om opplysninger du er kjent med fra før. Når du kjenner diagnosen til pasienten, kan helsepersonellet, uten å bryte taushetsplikten, snakke generelt om årsaker til tilstanden, symptomer,

vanlig behandling og prognose. - Dersom pasienten samtykker til det kan pårørende involveres og få mer informasjon om pasientens helsetilstand og behandlingsforløp.



#### Ta kontakt:

#### Ivareta – Pårørende berørt av rus:

Anonym pårørendetelefon

Tlf: 800 40 567

Nettside: [ivareta.no](http://ivareta.no)

#### Pårørendesenteret i Oslo:

Kompetansetjeneste

Tlf: 215 25 353

Se nettside: [piosenteret.no](http://piosenteret.no)

#### A-larm:

Likemannstjeneste

Telefon: 454 23 454

Nettside: [a-larm.no](http://a-larm.no)

#### NKS Veiledningscenter for pårørende:

Raskt samtaler individuelt, par, familie.

Holder også kurs. Tlf: 400 31 093

Se [nettside](#)

#### Barn av rusmisbrukere (BAR):

Chattetjeneste for barn av rusmisbrukere - her er du helt anonym. Tlf: 479 77 565

Nettside: [barnavrus.no](http://barnavrus.no)

#### Alarmtelefon for barn og unge:

Også for deg som vet om noen som har det vondt. Tlf. 116111

Nettside: [Ung.no](http://Ung.no)

#### Avdeling rus- og avhengighetsbehandling:

Pasient og pårørendeopplæring, informasjon, kurs, behandling

Se [nettside](#)

Du kan finne flere organisasjoner ved å søke på "pårørende" på :

Se nettside: [Helsenorge.no](http://Helsenorge.no)

Dine rettigheter som pårørende:

Se nettside: [Helsedirektoratet.no](http://Helsedirektoratet.no)

## Avdeling rus- og avhengighetsbehandling

### Klinikk psykisk helse og avhengighet

Besøk oss på: [vår hjemmeside](#)



[www.oslo-universitetssykehus.no](http://www.oslo-universitetssykehus.no)

E-post: [post@oslo-universitetssykehus.no](mailto:post@oslo-universitetssykehus.no)

Postadresse: Oslo universitetssykehus HF,  
Postboks 4950 Nydalen, 0424 OSLO