



NSPH-RAPPORTEN 2024

”Det blir dyrare  
att leva ju  
sjukare jag är”

*En undersökning om livsvillkoren  
för personer med psykisk ohälsa  
och deras anhöriga, samt om  
brukarinflytande inom psykisk  
hälsa-området*



## NSPH-RAPPORTEN 2024

”DET BLIR  
DYRARE  
ATT LEVA  
JU SJUKARE  
JAG ÄR”

*En rapport från NSPH om livsvillkoren  
för personer med psykisk ohälsa och  
deras anhöriga och om brukarinflytande*

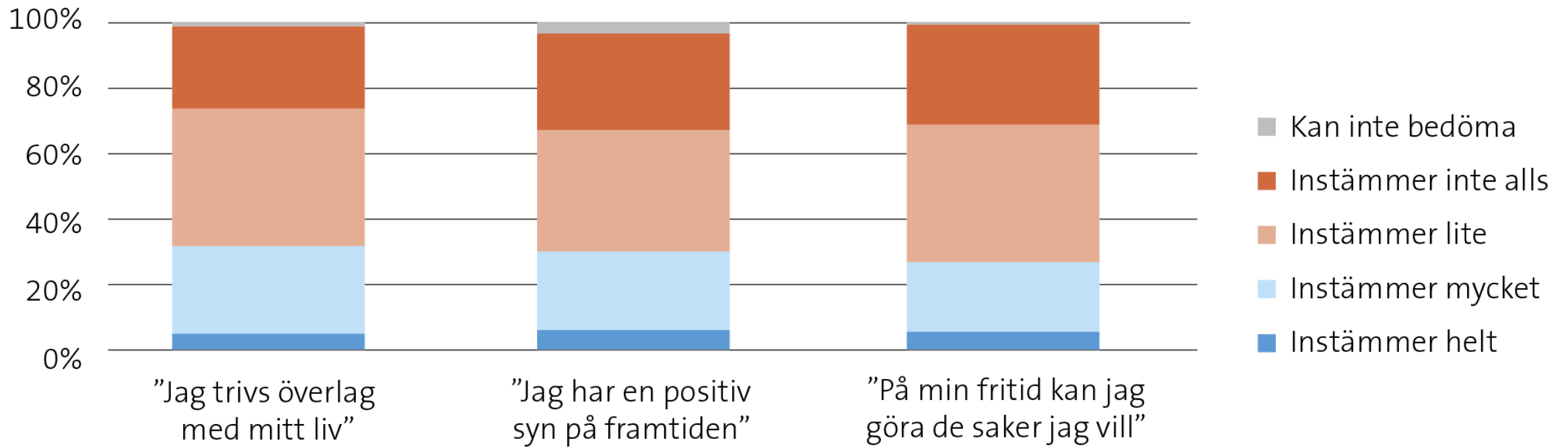
## Övergripande om undersökningen

- Mer än **2 300** enkätsvar
- Cirka **80** personer i fokusgrupper
- **12** djupintervjuer



# Undersökning - personer med psykisk ohälsa

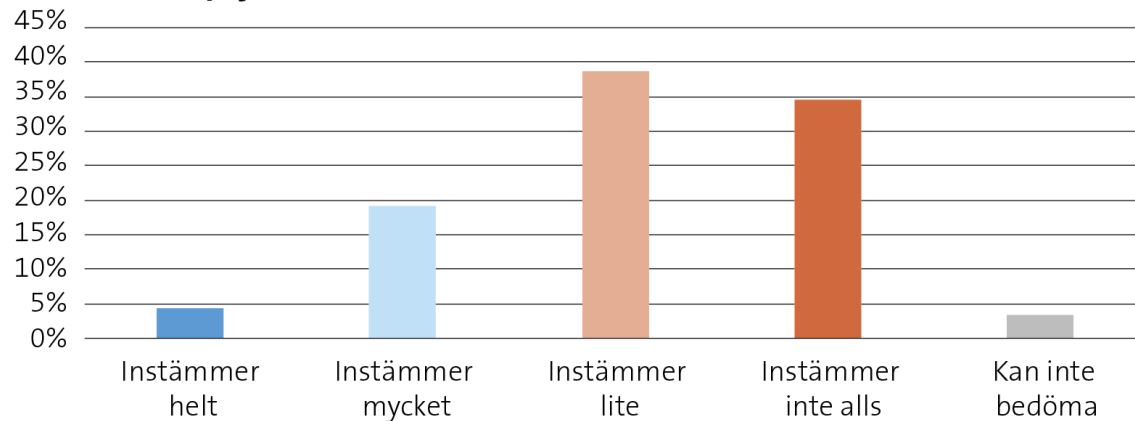
# Upplevelse av livskvalitet



1 304 personer med egen erfarenhet

# Upplevelsen av stöd för psykisk ohälsa

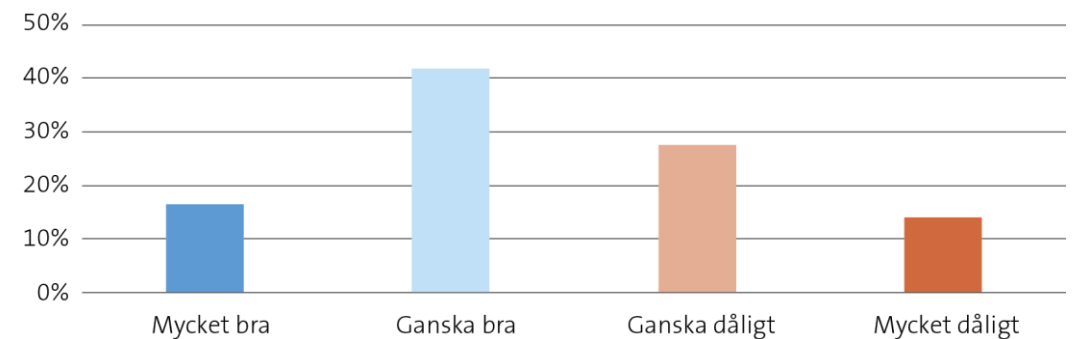
Jag tycker generellt sett att jag fått ett bra stöd från samhället för min psykiska ohälsa



1 304 personer med egen erfarenhet

”Det tog så lång tid i primärvården att jag hann bli suicidal. Orkade inte leva längre. Hamnade då hos psykiatrin. Där fick jag hjälp: utredning, terapi och mediciner.

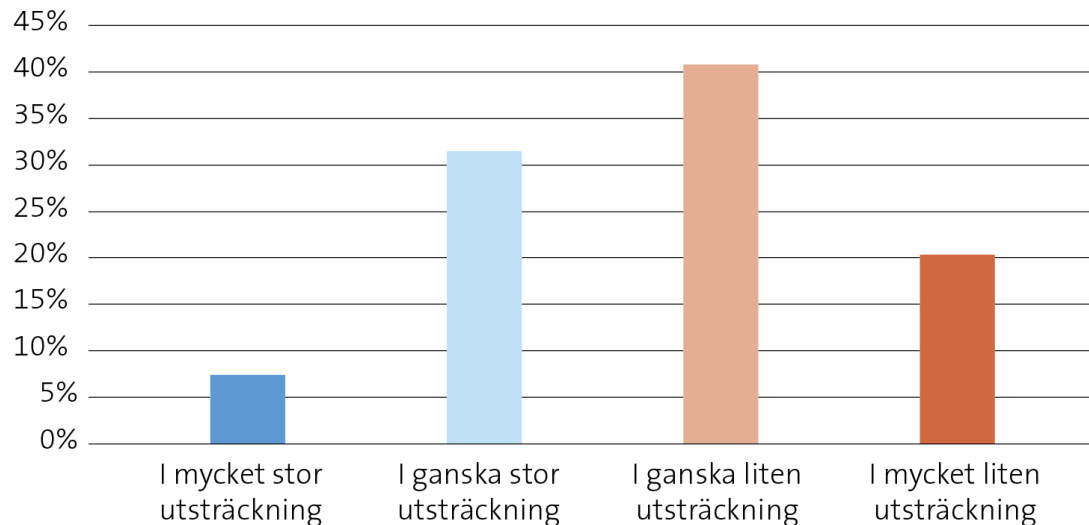
Vad tycker du om det stöd eller den vård du **idag** får för din psykiska hälsa?



986 personer som får vård idag

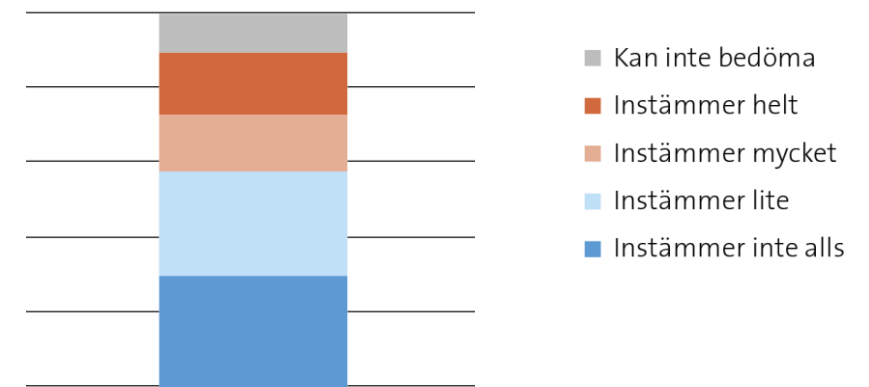
# Delaktighet, inflytande och diskriminering

Upplever du att du kan påverka den vård eller det stöd du idag får för din psykiska hälsa?



986 personer som får vård idag

Jag har känt mig diskriminerad på grund av min psykiska ohälsa...



... i hälso- och sjukvården

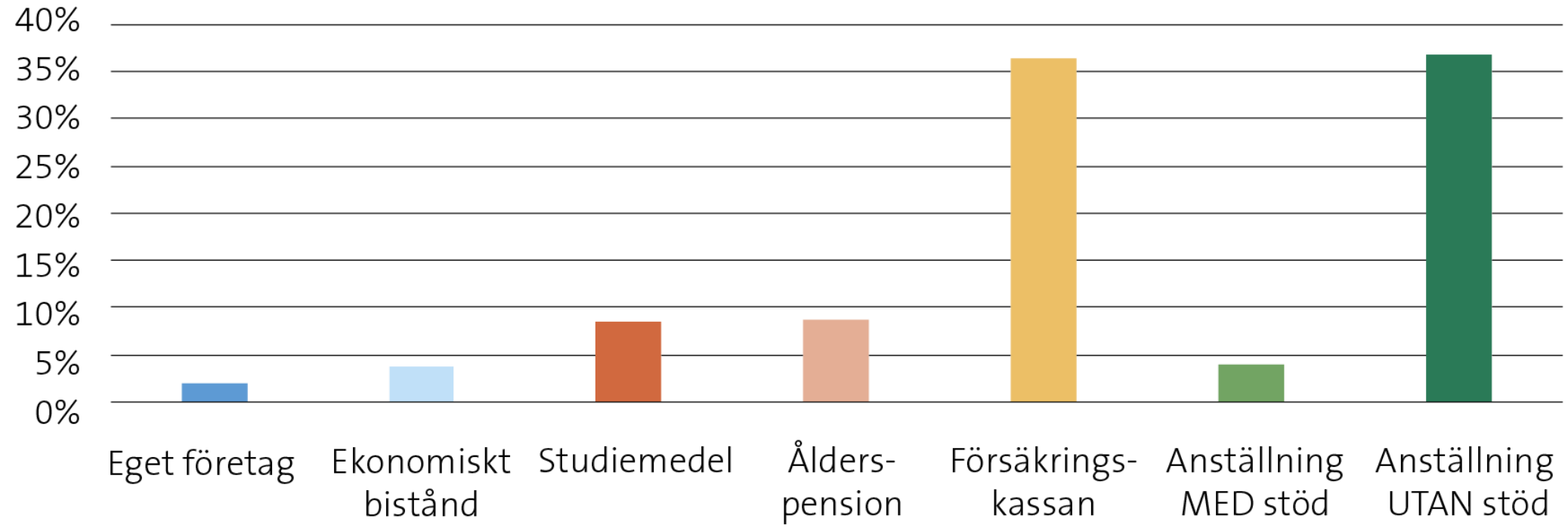
1 304 personer med egen erfarenhet

# Några faktorer som påverkar livskvalitén

- Den generella upplevelsen av vården ser ut att fortsätta påverka hur man upplever sin livskvalitet – även efteråt
- Stark koppling mellan tillgång till sociala nätverk och hur man skattar sin livskvalité

”Är livrädd för att hamna i utmattningssyndrom igen eftersom stödet är så oerhört dåligt.

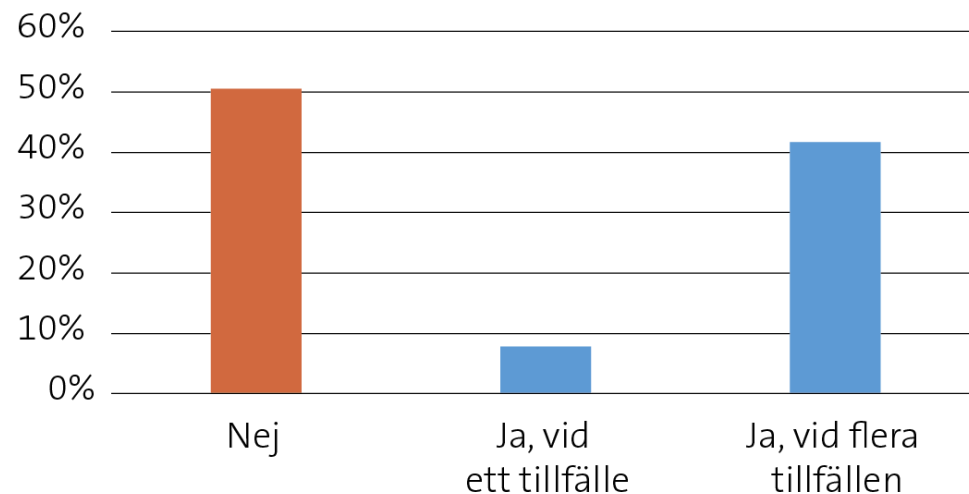
# Huvudsaklig försörjning idag



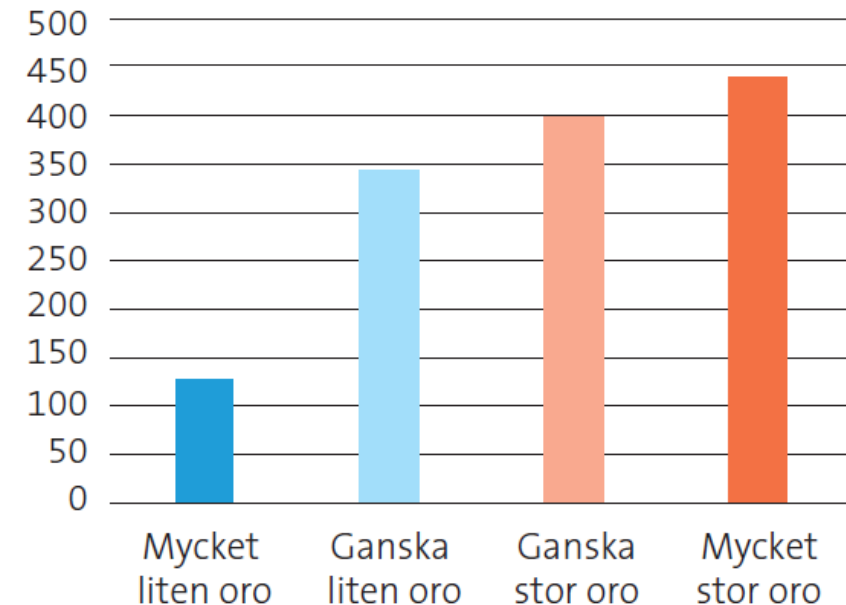
1 304 personer med egen erfarenhet

# Hur ekonomin fungerar idag

Har du under de senaste 12 månaderna haft svårigheter att klara de löpande utgifterna för mat, hyra, räkningar och liknande?



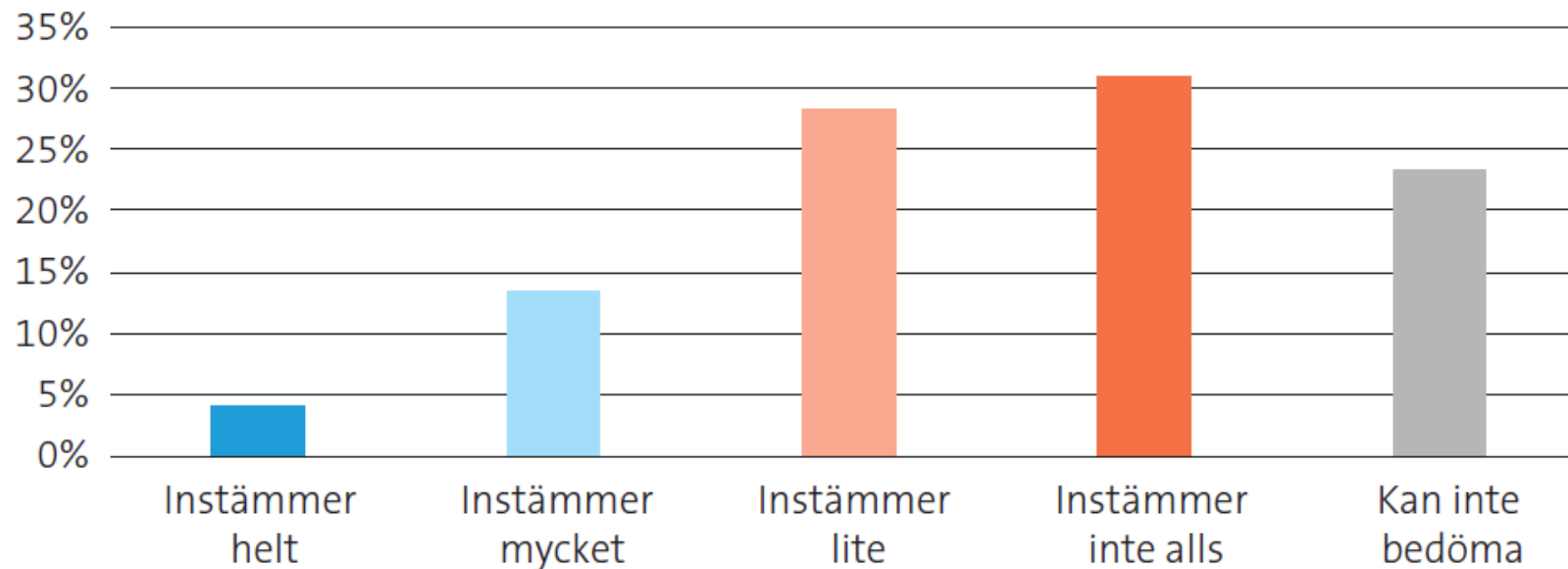
Känner du oro för din ekonomiska situation?



1 304 personer med egen erfarenhet

# Upplevelsen av ekonomiskt stöd

I den mån jag behövt får jag ett bra stöd från samhället för att klara min försörjning



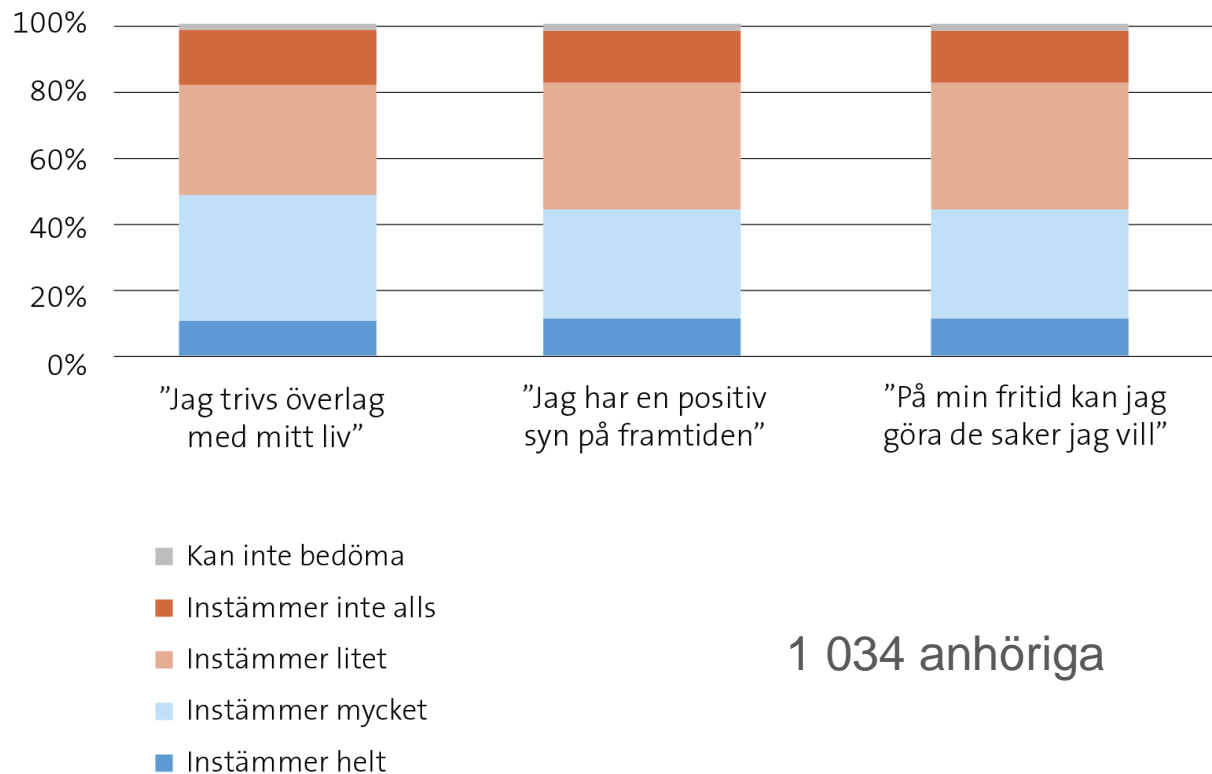
”Jag gör allt jag kan för att må bättre och kunna jobba, men att hela tiden oroa sig för om pengarna ska räcka och hur framtiden kommer se ut är enormt påfrestande.

1 304 personer med egen erfarenhet



# Undersökning - anhöriga till personer med psykisk ohälsa

# Upplevelse av livskvalitet

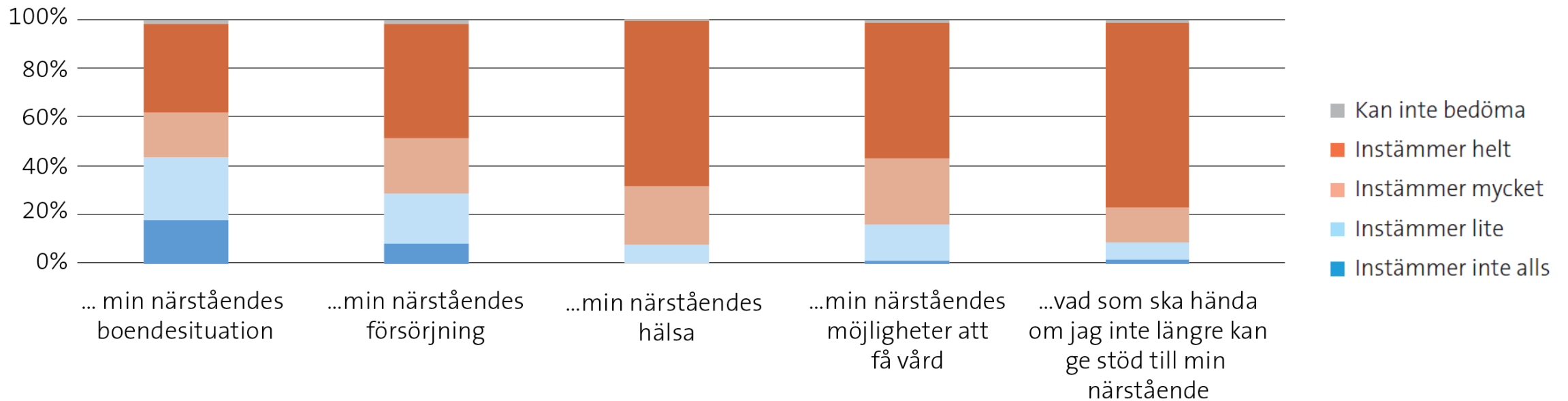


## Faktorer som påverkar livskvalitén

- Tillgång till nära vänner och att man kan prata öppet med andra om sin situation
- Den närstående får bra vård och stöd och om man uppskattar det stöd man själv får som anhörig
- Den närståendes situation inte får konsekvenser för den anhörigas ekonomin, sociala liv eller hälsa

# Oro för den närstående

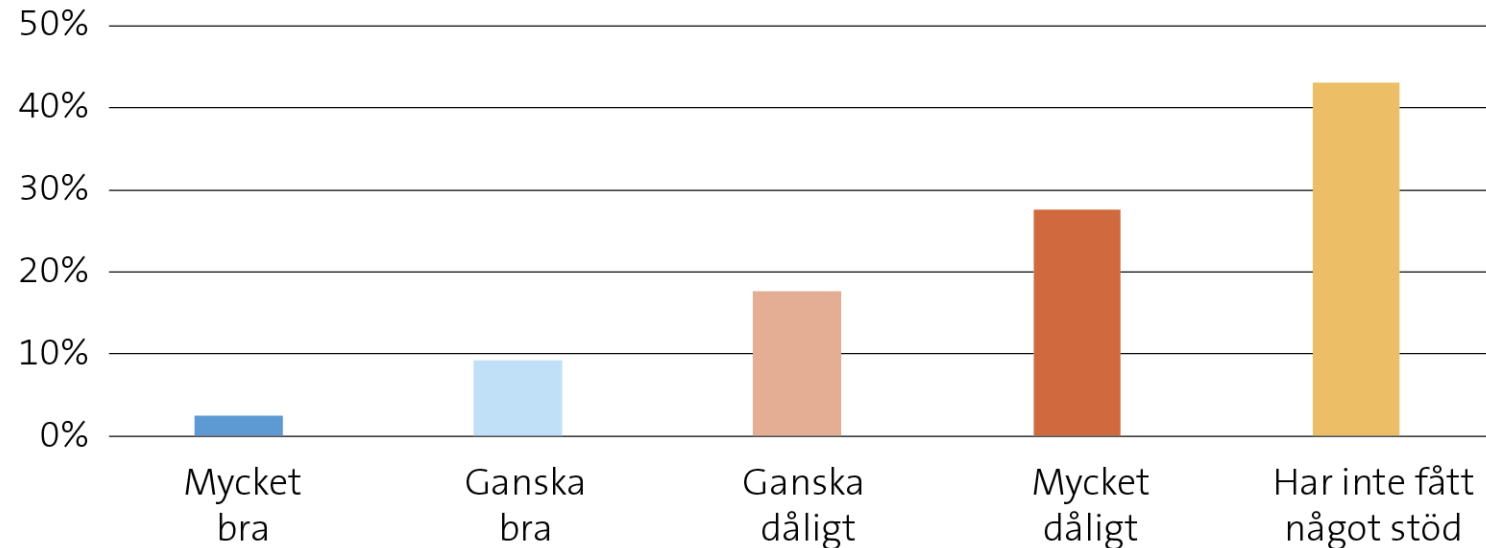
## Jag oroar mig för...



760 anhöriga som lever nära någon med psykisk ohälsa

# Stöd till anhöriga

Vad tycker du om det stöd du har fått i din roll som anhörig?



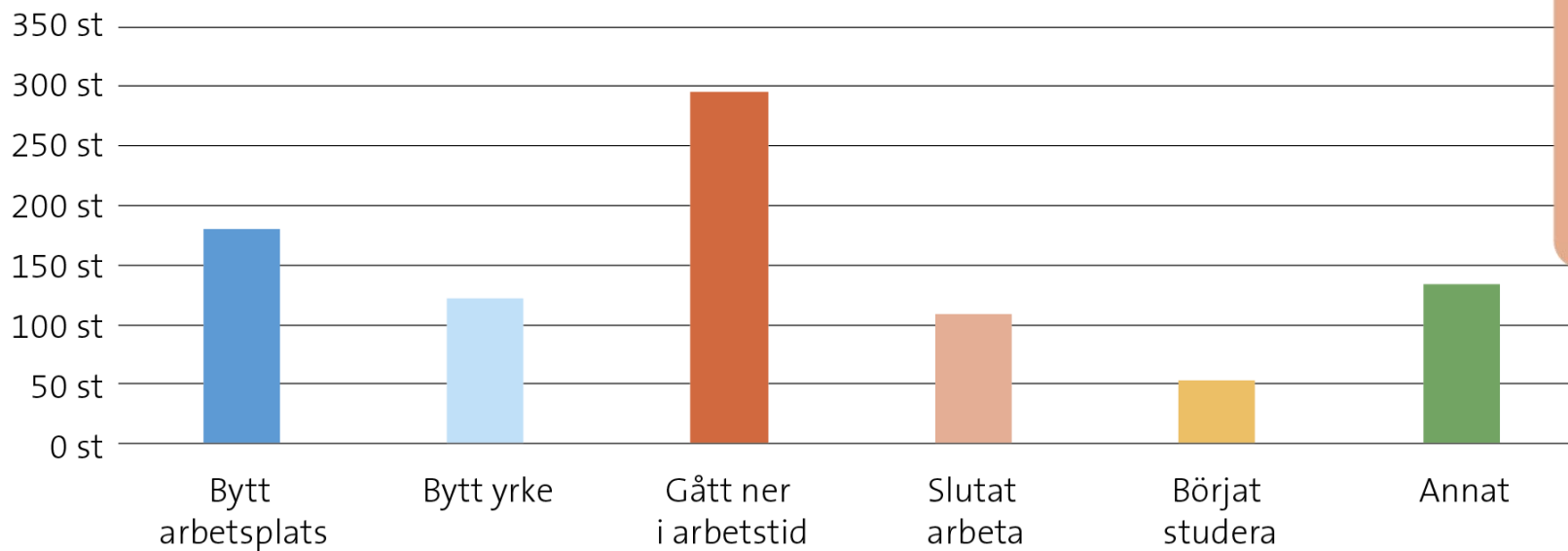
1 034 anhöriga

”Det stödet jag fått är helt och hållet från civilsamhället samt vid ett tillfälle från kommunen. Allt har jag själv sökt upp

”Kommunen ger vissa insatser utan att förklara syftet med dem. Det är svårt att få det stöd som kan hjälpa en framåt. Man måste ta emot det dom vill ge även om det inte är det som behövs

# Konsekvenser för anhörigas arbetsituation

Anhörigas arbetsmarknadsrelaterade anpassningar för att kunna stödja sin närstående



1 034 anhöriga

” Ibland kan jag inte lämna honom och måste sjukskriva mig eller ta semesterdagar vilket ju drabbar oss ekonomiskt. Mina semesterdagar går inte till återhämtning eller ledighet, utan till att lösa en sjukt jobbig situation.

NSPH-RAPPORTEN 2024

”DET BLIR  
DYRARE  
ATT LEVA  
JU SJUKARE  
JAG ÄR”

*En rapport från NSPH om livsvillkoren  
för personer med psykisk ohälsa och  
deras anhöriga och om brukarinflytande*

# NSPH-rapporten 2024

- Finns att ladda ner på [nsph.se](https://nsph.se)
- Digital sändning ”Möjligheter att leva” finns tillgänglig på NSPH:s youtube-kanal
- Poddavsnitt i ”Kafferast i kunskapsfabriken”

# Nu öppnar undersökningen för 2025!

- Temat för NSPH-rapporten 2025 är **beroendeområdet**
- Utgår bl.a. från **samsjuklighetsutredningens** och **narkotikautredningens målbilder**, t.ex. tillgång och upplevelse av vård och stöd, tillgång till sociala nätverk, hur man ser på sin framtid, upplevelsen av stigma
- Målgruppen är **egenerfarna** (pågående och tidigare beroende) och **anhöriga**
- Enkäten är digital, anonym och öppen att svara på 3-28 februari

**HJÄLP OSS SPRIDA ENKÄTEN!**

Enkät och info finns samlad på [www.nsph.se](http://www.nsph.se)

**Hjälp oss att kartlägga livsvillkoren för personer med beroende och deras anhöriga**


Har du, eller någon i din närhet, ett nuvarande eller tidigare beroende eller problematiskt användande av till exempel alkohol, narkotika, läkemedel, doping eller spel? Om detta stämmer för dig vill vi gärna att du svarar på vår enkät.

**Varför vi gör enkäten**  
Vi på NSPH vill få en bättre förståelse för livssituationen för personer med erfarenheter av beroendeproblematik och deras anhöriga. Ditt svar kommer vara ett viktigt bidrag till vår rapport som publiceras i oktober 2025.

**Så här deltar du**  
Enkäten är öppen 3 - 28 februari 2025. Dina svar kommer att vara anonyma. Du hittar enkäten via QR-koderna nedan. Om du är intresserad av att delta i en fokusgrupp, där du diskuterar resultaten tillsammans med andra, kan du lämna dina kontaktppgifter.

**Om NSPH**  
NSPH är en paraplyorganisation som samlar patient-, brukar- och anhörigorganisationer inom området psykisk hälsa. Läs mer om vårt arbete på [www.nsph.se](http://www.nsph.se)

Enkät för dig med egen erfarenhet








Enkät för dig som är anhörig



**NSPH** 

# TACK!

## Följ NSPH

-  [facebook.com/NSPH.se](https://www.facebook.com/NSPH.se)
  -  [linkedin.com/company/nsph-sverige](https://www.linkedin.com/company/nsph-sverige)
  -  <https://www.youtube.com/user/NSPHPlay>
  -  [NSPH.se](https://www.instagram.com/NSPH.se)
  -  NSPH:s podd Kafferast i kunskapsfabriken där poddar finns eller på [nsph.se/podd](https://www.nsph.se/podd).
- Följ också NSPH genom vårt nyhetsbrev [nsph.se/nyhetsbrev](https://www.nsph.se/nyhetsbrev).



**NSPH** 

*Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa*