

NSPH-RAPPORTEN 2025

”JAG ÄR SÅ
MYCKET
MER ÄN DET
HÄR”

*En rapport från NSPH om livsvillkoren
för personer som lever med skadligt bruk
eller beroende och deras anhöriga.*

Målbilder

SAMSJUKLIGHETUTREDNINGENS MÅLBILDER



Tidig hjälp med psykisk ohälsa och missbruk



Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag behöver den



Tillgång till fungerande behandling och möjlighet att välja utifrån det som passar mig



Stöd och vård som hänger ihop som en helhet



Inte bli utestängd från stöd och vård och få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa



Bli lyssnad på, få förståelse och bli behandlad med samma respekt som andra



Bli stärkt i min egen förmåga att hantera min situation och ha inflytande över min vård och omsorg



En fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang



En person som jag kan lita på och som följer med i hela processen



Att vården och omsorgen lyssnar på, involverar och ger stöd till mitt nätverk

NARKOTIKAUTREDNINGENS MÅLBILDER



1. Tidig hjälp och stöd för att förebygga användning av narkotika



2. Återkommande information och lättillgänglig vård och stöd när jag själv är motiverad



3. Tillgång till behandling och möjlighet att välja utifrån det som passar mig



4. Stöd och vård som hänger ihop som en helhet och uppföljning och fortsatt stöd efter avslutade insatser



5. Att bli välkommen till stöd och vård och få hjälp trots återfall eller fortsatt användning av narkotika



6. Bli lyssnad på, behandlad med respekt och fokus på att bli stärkt i min egen förmåga.



7. Boende, en fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang och sysselsättning



8. Tillitsfulla relationer och långvariga kontakter inom vård, stöd och behandling



9. Att vård- och stödaktörer lyssnar på, involverar och ger stöd till närstående och anhöriga

NSPH:s målbilder



1. Tidig hjälp och stöd med både förebyggande och vårdande insatser.



2. Stöd och vård som är lätt att hitta, komma i kontakt med och som är tillgänglig när jag själv behöver den eller är motiverad.



3. Tillgång till behandling, möjlighet att välja utifrån det som passar mig, samt att ha inflytande över min vård och omsorg.



4. Stöd och vård som hänger ihop som en helhet och uppföljning och fortsatt stöd efter avslutade insatser.



5. Att bli välkommen till stöd och vård och få hjälp trots återfall eller fortsatt bruk. Att inte bli utestängd från stöd och vård och få hjälp med både beroende och psykisk ohälsa.



6. Bli lyssnad på, behandlad med respekt och fokus på att bli stärkt i min egen förmåga.



7. Boende, en fungerande vardag och ett meningsfullt sammanhang och sysselsättning.



8. Tillitsfulla relationer och långvariga kontakter inom vård, stöd och behandling.



9. Att vård- och stödaktörer lyssnar på, involverar och ger stöd till anhöriga.

Över 1000 röster

- 1 078 enkätsvar
- 536 personer med egen erfarenhet och 542 anhöriga
- 21 personer i fokusgrupper

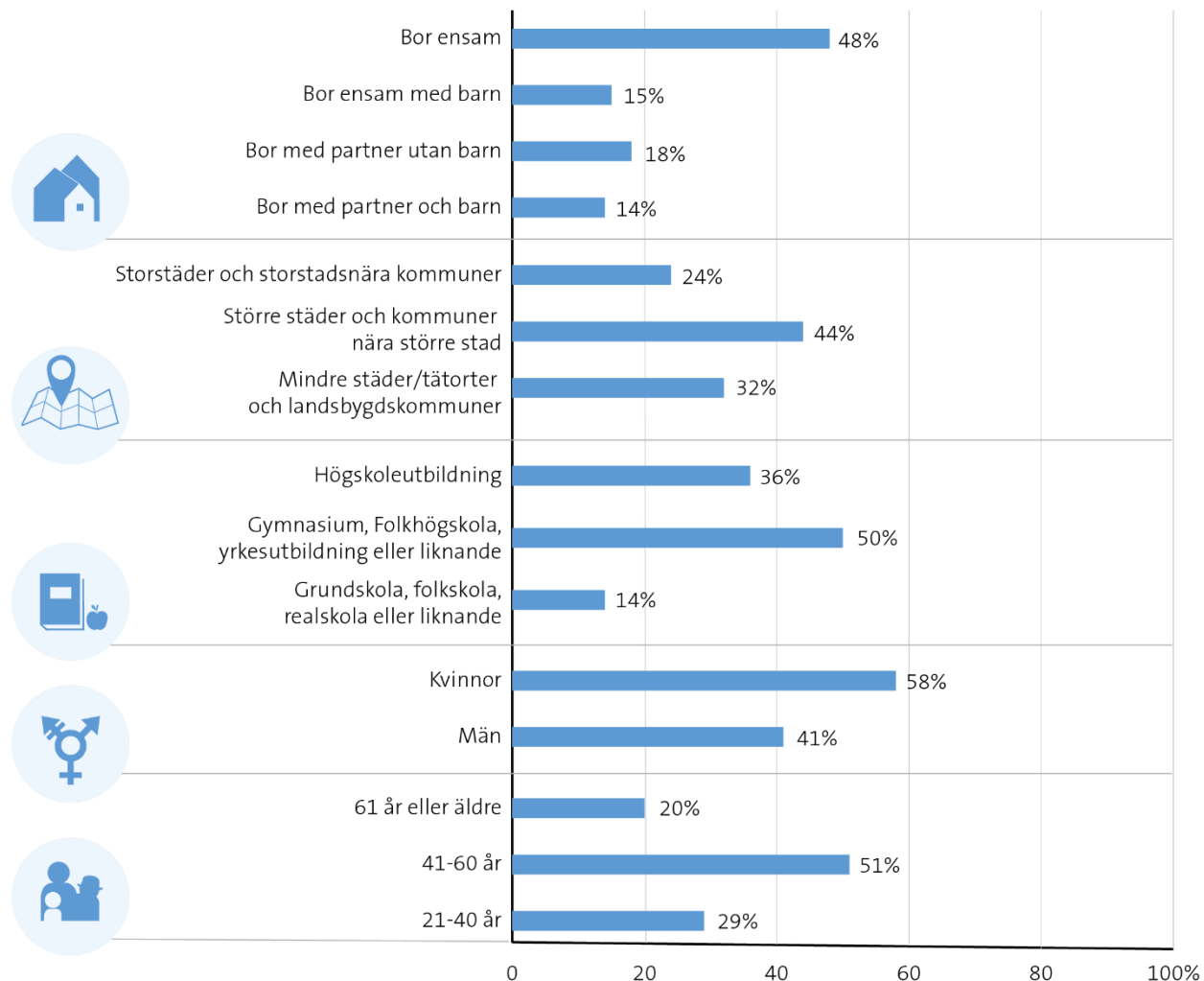


NSPH-RAPPORTEN 2025

Om personer med skadlig bruk eller beroende

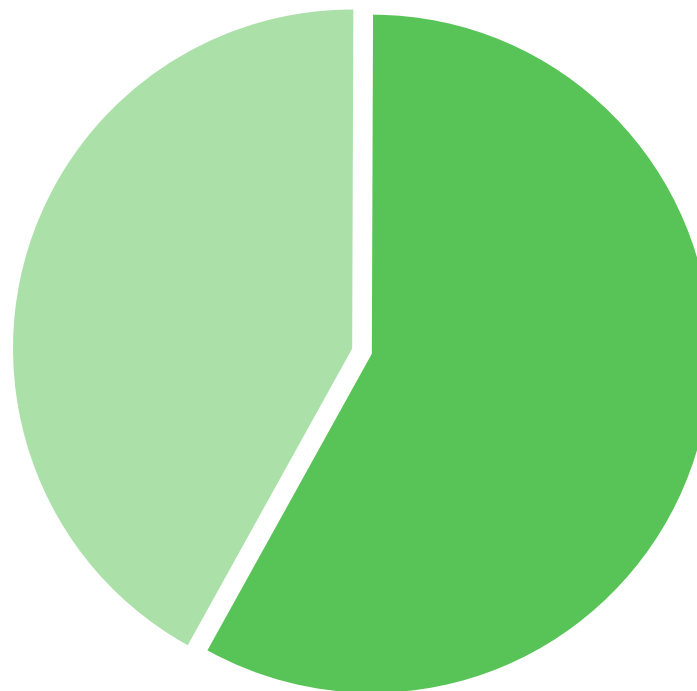


Vilka har svarat?



Vilka har svarat?

42%
har ett aktivt skadligt
bruk eller beroende idag



58%
har haft det
tidigare i livet

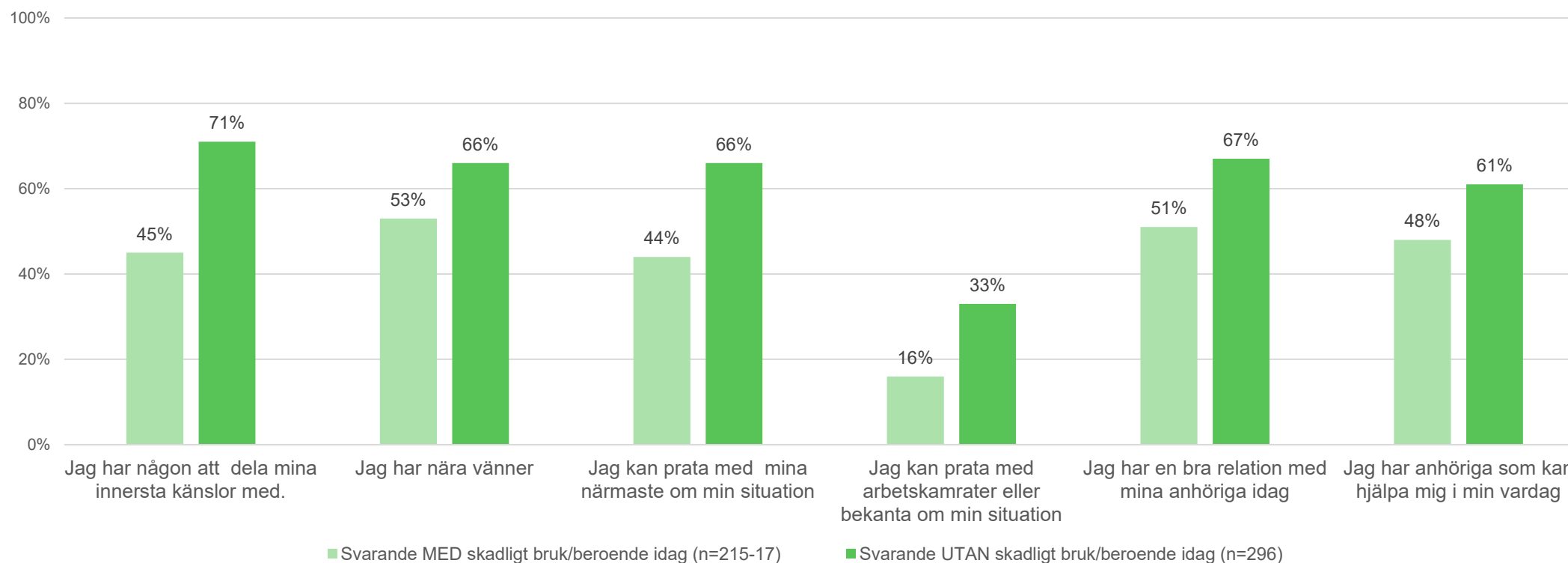
Livsvillkor och den sociala situationen

”Skammen att inte kunna kontrollera det här. Jag känner mig övergiven. Men jag dricker inte när jag träffar barnen och barnbarnet. Önskar att jag kunde leva om mitt liv.”

”Ett problem är ensamheten och att jag inte riktigt vill berätta för någon hur jag mår, vill inte belasta andra, speciellt inte barnen som har fullt upp med sina liv.”

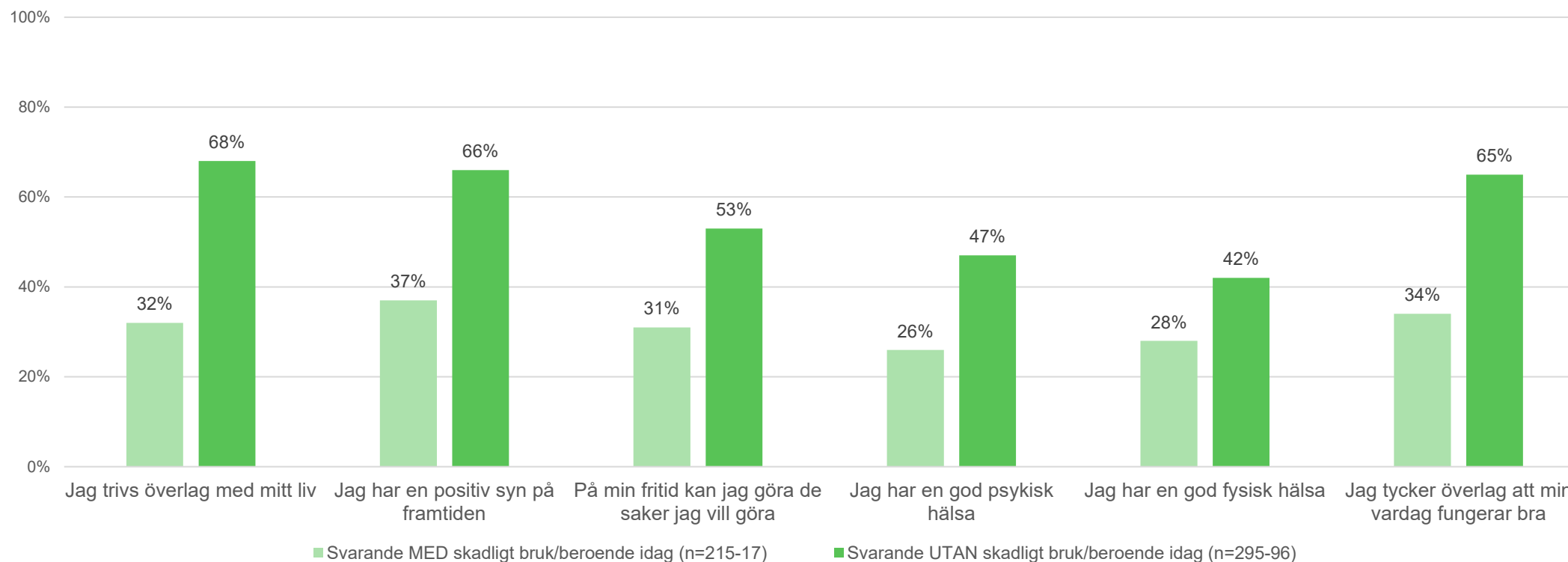
Den sociala situationen

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden om hur du har det just nu?
 Andel som *instämmer mycket eller helt*.



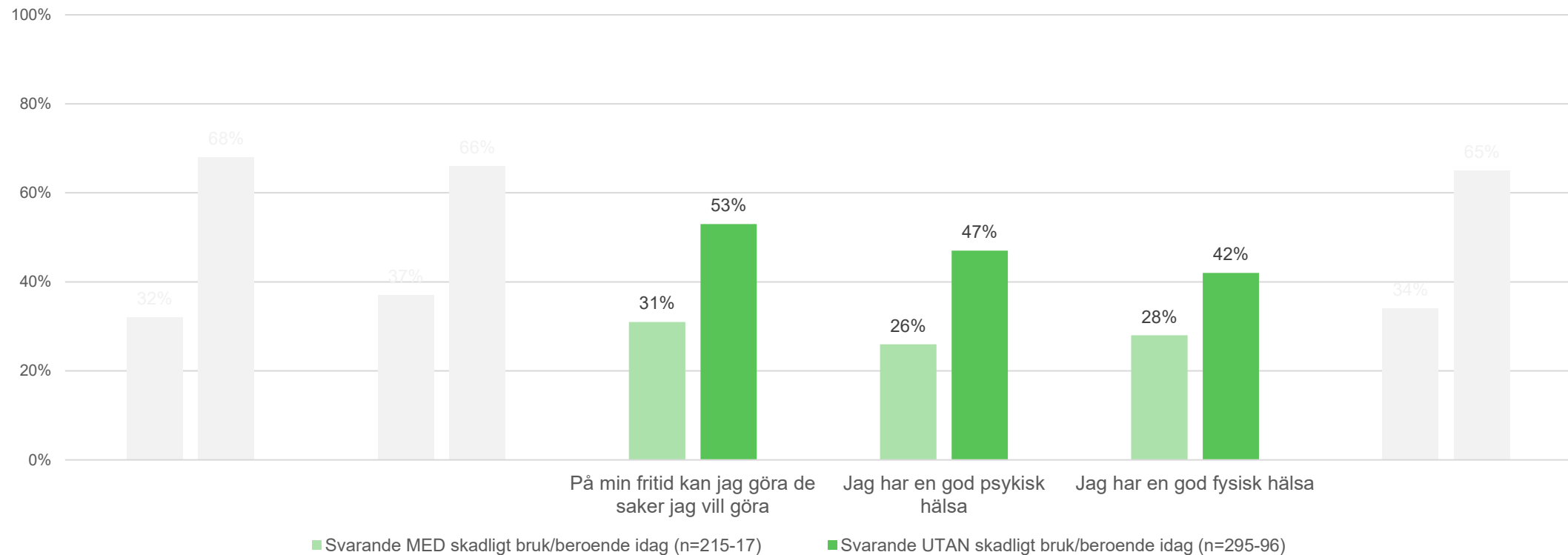
Livsvillkor och livskvalité

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden om hur du har det just nu?
 Andel som *instämmer mycket eller helt*.



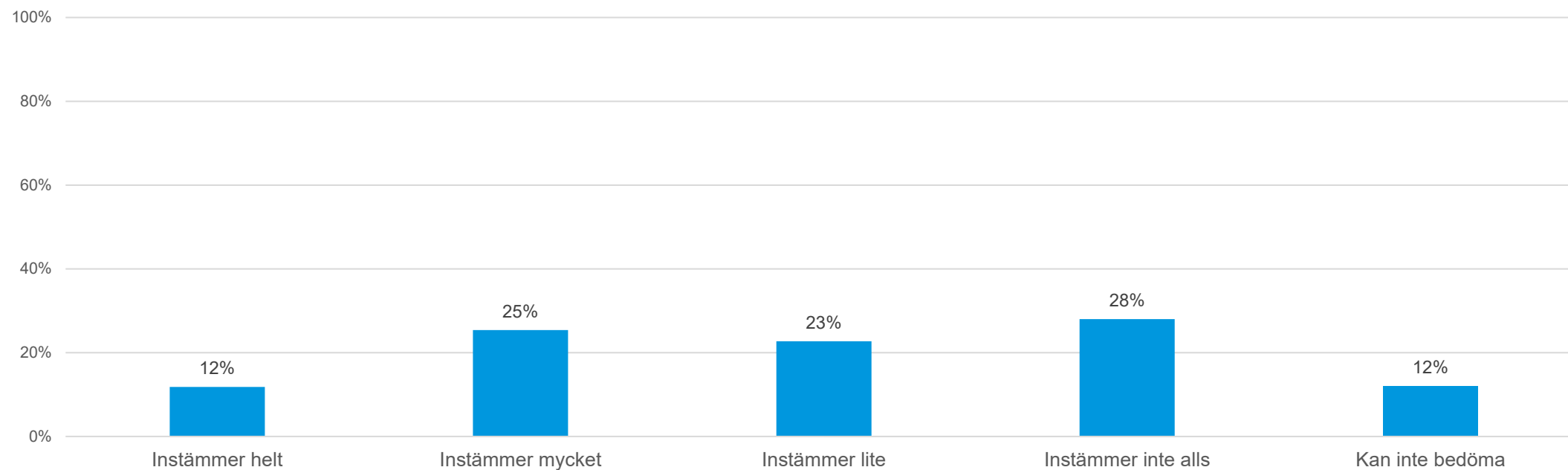
Områden med kvardröjande effekter

I vilken utsträckning instämmer du i följande påståenden om hur du har det just nu?
Andel som *instämmer mycket eller helt*.



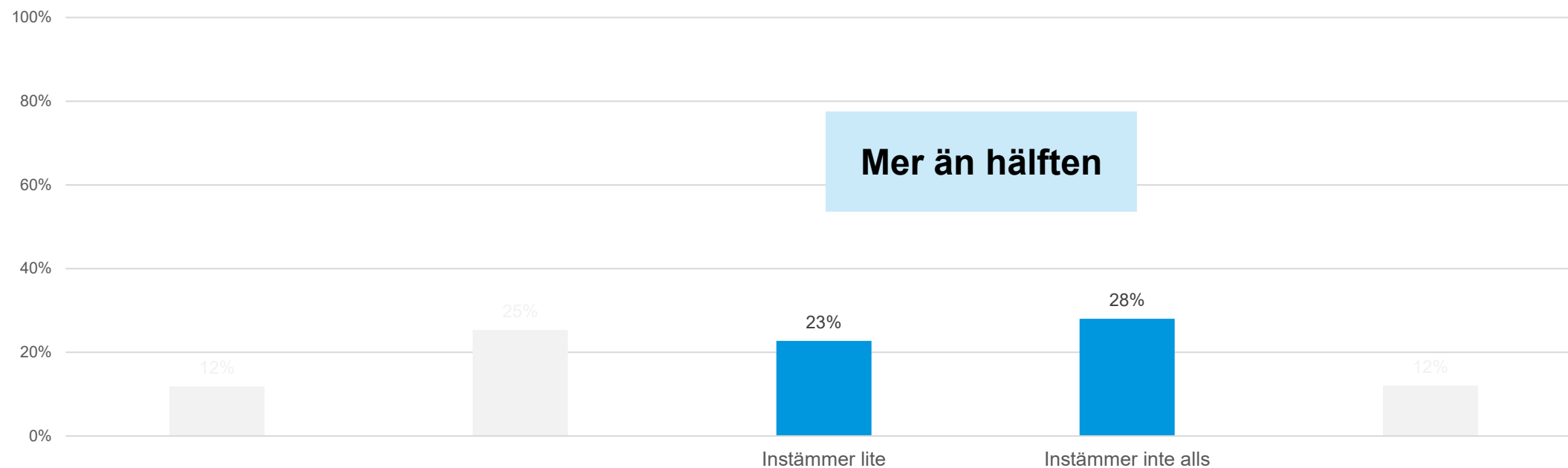
Stödet från samhället

Jag tycker generellt sett att jag fått ett bra stöd från samhället för mitt skadliga bruk eller beroende.
Alla svarande (n=532)



Stödet från samhället

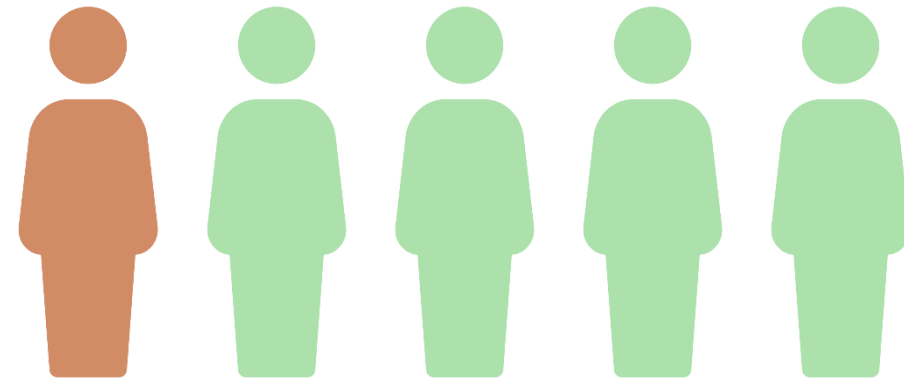
Jag tycker generellt sett att jag fått ett bra stöd från samhället för mitt skadliga bruk eller beroende.
Alla svarande (n=532)



Olika vård- och stödinsatser

Vanligaste vård- eller stödinsats

- Psykologisk eller psykosocial behandling (63%)
- Frivillig vård på sjukhus eller behandlingshem (40%)
- Läkemedelsbehandling (26%)



1 av 5 har inte fått några insatser alls

Upplevelsen av vård- och stödinsatser

De mest positiva resultaten

- Att man vet vart ska vända sig om man behöver söka vård/stöd igen
- Att man fått vård/stöd när man sökt hjälp
- Att man blivit lyssnad på och behandlats med respekt av vård- och omsorgspersonal

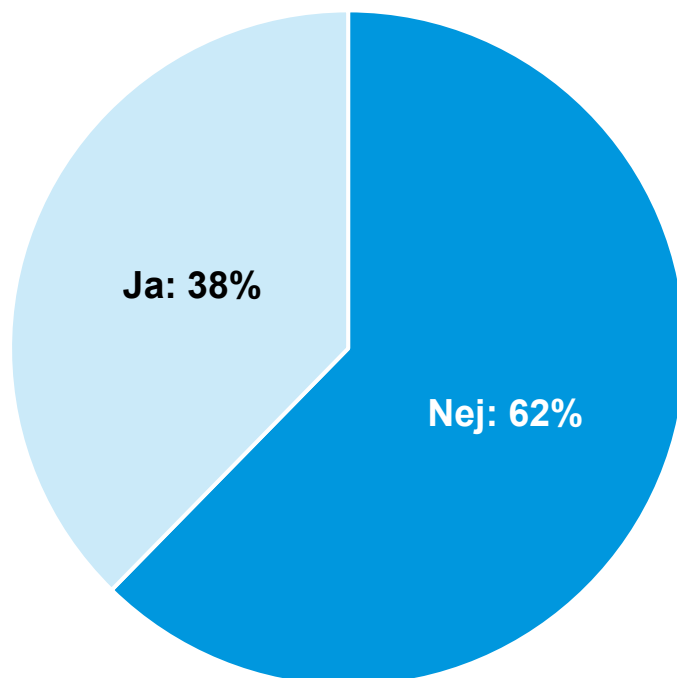
De minst positiva resultaten

- Att vård och stöd inte lyssnar till, involverar och erbjuder anhöriga eget stöd
- Dåligt utbud av olika behandlingar
- Möjlighet till fortsatt stöd/vård efter behandling

De som upplever att de kan påverka vård eller stöd är betydligt mer nöjda med samhällets stöd

Nekats annan vård eller stöd

Har du någon gång blivit nekad vård eller annat stöd från det offentliga på grund av ditt skadliga bruk eller beroende? (n=531)



”Att jag inte fått smärtlindring i samma utsträckning som andra. De säger uttryckligen att de inte bryr sig för jag har ett beroende.”

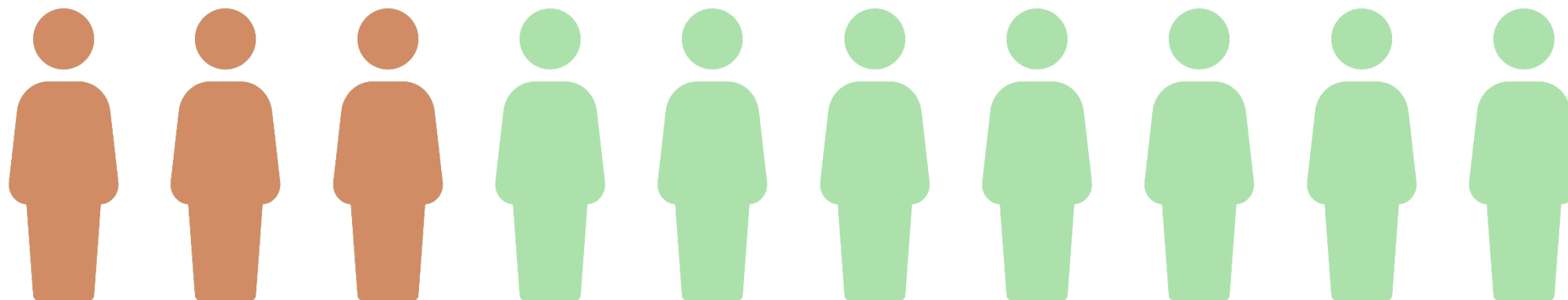
Samsjuklighet med psykisk ohälsa

- **6 av 10** har fått vård för psykisk ohälsa
- **2 av 10** har sökt vård men inte fått
- **6 av 10** som fått insatser för både skadligt bruk/beroende och psykisk ohälsa tycker inte att insatserna samordnats
- **De som fått samordnade insatser är betydligt mer nöjda med samhällets stöd**

”Provat söka vård för psykisk ohälsa men mår tydligen inte dåligt nog”

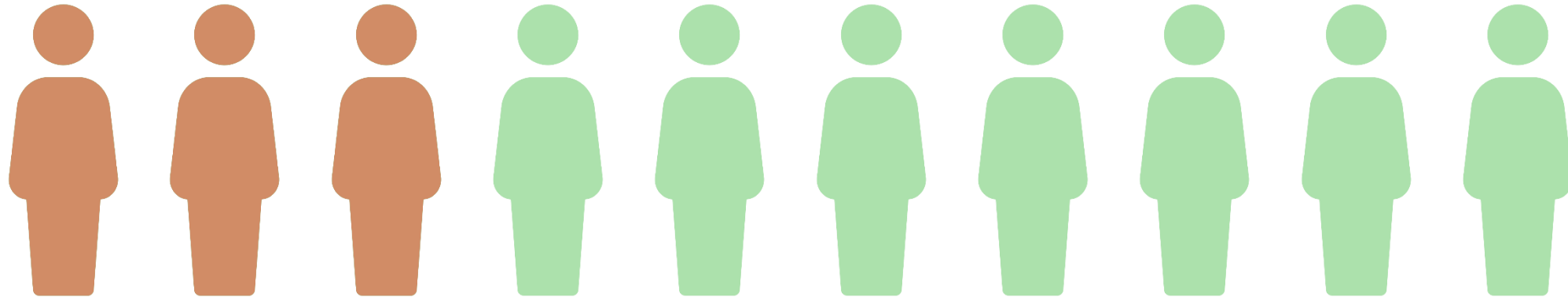
Suicidtankar och suicidförsök

Suicidtankar och suicidförsök



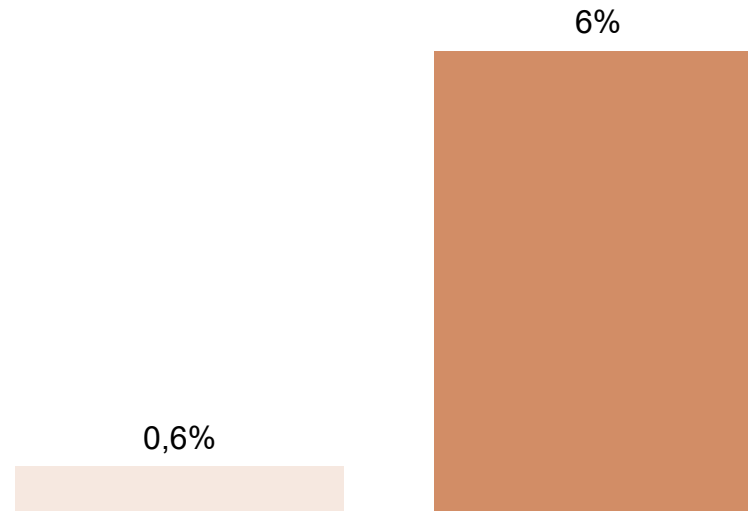
3 av 10 (29%) har allvarligt övervägt att ta sitt liv **det senaste året**
(jmf 3,7% i övriga befolkningen)

Suicidtankar och suicidförsök



3 av 10 (30%) har gjort ett suicidförsök tidigare i livet

Suicidtankar och suicidförsök



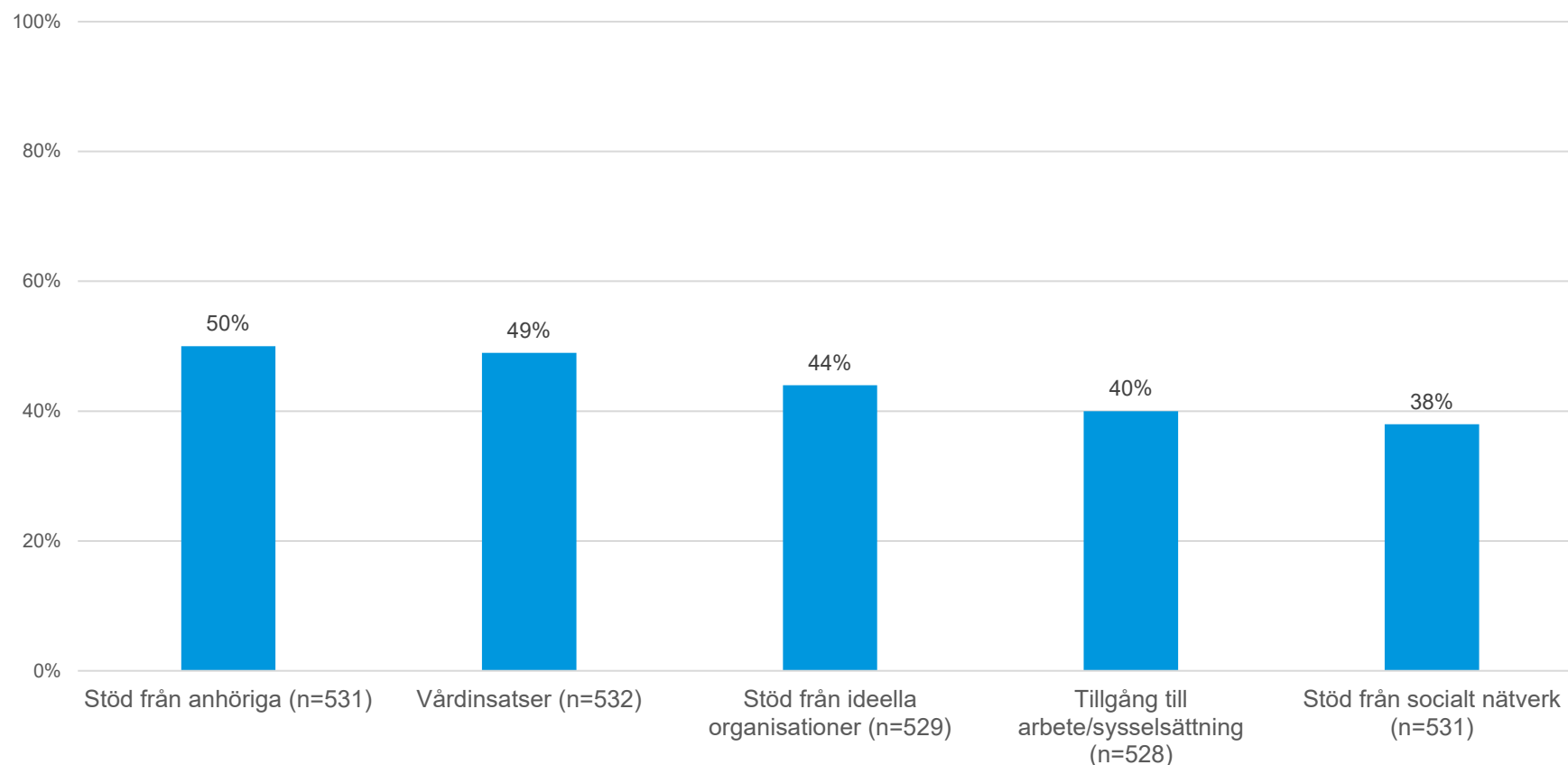
6% har gjort ett suicidförsök **det senaste året**

(Jämför med 0,6% i övriga befolkningen)

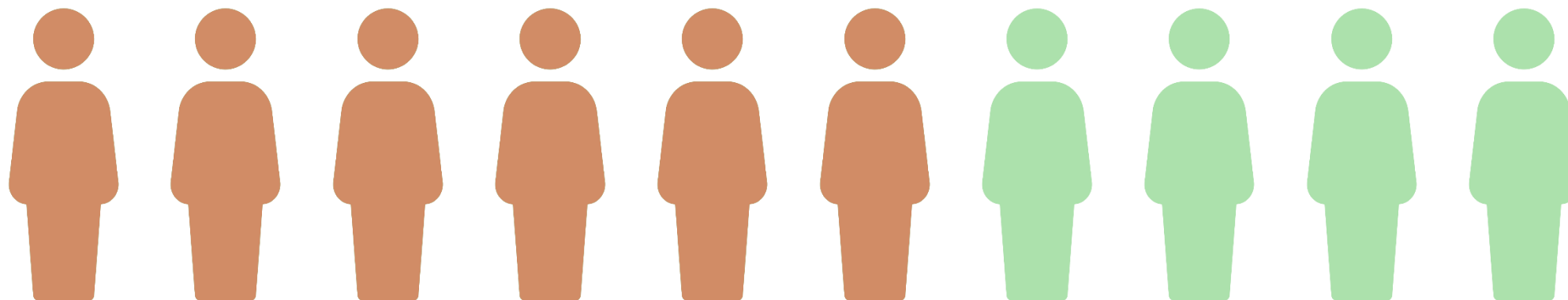
Faktorer som varit hjälpsamma

Hur stor eller liten hjälp upplever du att följande har varit för dig när det handlar om att hantera ditt skadliga bruk eller beroende?

Andel som upplever att alternativen varit *till ganska stor* eller *mycket stor hjälp*

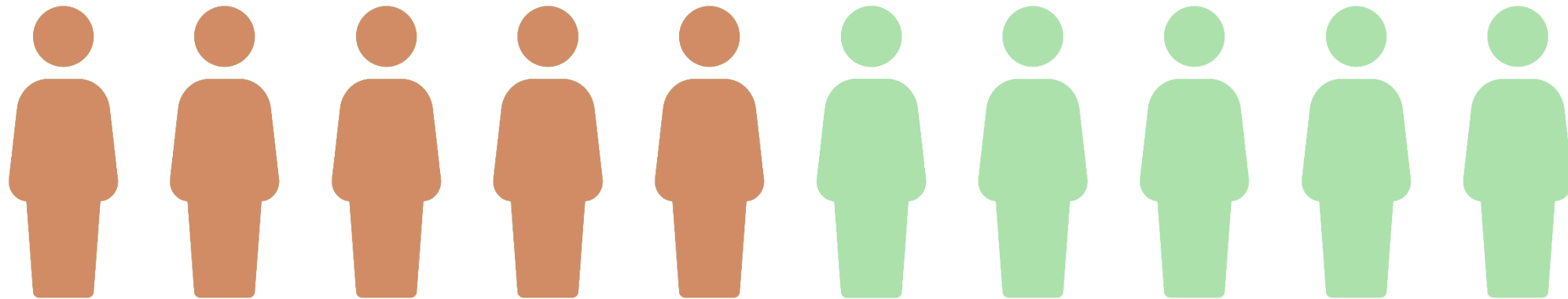


Stigma och bemötande



6 av 10 har **undvikit sociala aktiviteter**

Stigma och bemötande



Drygt hälften har **undvikit kontakt med sin familj**

Stigma och bemötande

”Det är viktigt att bli lyssnad på - och inte ytterligare skammad. Det klarar man bra själv.”

”Oavsett om jag söker för ont i halsen eller nageltrång tar läkare gärna upp mitt tidigare beroende i journalen.”

Anhöriga beskriver ofta en svår situation

"Min bror blev utskriven trots att alla punkter för suicidrisk uppfylldes och min bror dog samma dag som han blev utskriven."

"Han kommer förlora jobbet om ingen förändring sker. Är det min uppgift att samla ihop honom och ta hem honom att bo med mig? Har så ont i magen. Min hjärna vilar aldrig!"

Några övergripande slutsatser

- **Långt kvar** till vi når målbilderna
- Skadligt bruk och beroende är fortfarande förenat med **mycket stigma** och det ökar **risken för diskriminering** – på alla nivåer i samhället
- **Vård och stöd** för personer med skadligt bruk eller beroende **behöver utvecklas** – inte minst när det gäller att skapa delaktighet och att samordna insatserna vid samsjuklighet
- **Stora brister i stöd till anhöriga**. Samtidigt är de som får stöd ofta nöjda med stödet – särskilt om de fått vara delaktiga
- **Civilsamhället spelar en viktig roll** för både egenerfarna och anhöriga – på olika sätt i olika situationer

NSPH-rapporten 2025

- Ladda ner på nsph.se
- Lyssna på poddavsnitt i "Kafferast i kunskapsfabriken"
- Se sändning från den 10 oktober på NSPH:s youtube-kanal



Tack!



Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa

Zarah Melander

Intressepolitiskt ansvarig
zarah.melander@nsph.se

Mårten Jansson

Utredare
marten.jansson@nsph.se



Följ vårt arbete

I **sociala medier** som Nationell Samverkan för Psykisk Hälsa.
Lyssna på **podden** Kafferast i kunskapsfabriken: nsph.se/podd
eller prenumerera på vårt **nyhetsbrev**: nsph.se/nyhetsbrev.

