

Familjemedlemmars syn på och upplevelser av att stötta egenvård efter stroke

Linnea McCarthy¹, Maya Kylén^{1,2}, Catharina Gustavsson^{1,3}, Tracy Finch⁴, Fiona Jones⁵, Marie Elf⁴

¹ Högskolan Dalarna, ² Lunds universitet, ³ Region Dalarna, ⁴ Northumbria University, ⁵ St George's University of London

Bakgrund

Att kunna leda sig själv i vardagen och hantera sin egenvård blir allt viktigare för personer som återhämtar sig efter stroke eftersom vårdens resurser är begränsade och alltmer rehabilitering förläggs till hemmet. Familjemedlemmar är ofta avgörande för att vardagen ska fungera men det behövs mer kunskap om deras uppfattningar av sin roll i egenvård. Studien utforskade därför hur familjemedlemmar ser på egenvård och hur de stöttar sin närstående i vardagen efter stroke.

Material och metod

Vi genomförde kvalitativa, semi-strukturerade intervjuer med 27 personer närstående till någon som haft stroke. Data analyserades genom innehållsanalys.

Resultat

Deltagarna förklarade egenvård främst som aktiviteter i det dagliga livet (ADL) och som rehabilitering eller fysisk träning. De stöttade sina närstående att klara vardagen praktiskt, till exempel vid ADL, träning eller med transporter, men också till stor del med att hantera känslor, uppmuntra till sociala aktiviteter och genom att ingjuta motivation. Familjemedlemmarna upplevde sin roll som mångsidig och för många var den självklar men också påfrestande. Några beskrev det som utmanande att veta hur mycket stöd de skulle ge utan att bli överbeskyddande och de flesta efterfrågade mer information från sjukvården för att kunna vara ett gott stöd i egenvård.

Slutsats

Närstående uttryckte en snävare förståelse för vad egenvård är och vad man behöver hantera efter stroke, än vad de berättade att de faktiskt gör i sin roll. Vården bör därför fokusera på interventioner som breddar närståendes syn på sin roll och ger dem verktyg att vara ett gott och väl balanserat egenvårdsstöd. Närstående vill vara involverade i egenvården efter stroke och behöver mer stöd från vården för att känna sig trygga i sin roll.