

”Äntligen förstår jag varför hela livet varit kaos”

467 röster om att åldras med NPF

Annika von Schmalensée

2021-10-27



RIKSFÖRBUNDET
Attention



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

Riksförbundet Attention



- En intresseorganisation för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF)
- Har ca 15 000 medlemmar i 52 lokalföreningar
- Vi driver på utvecklingen och sprider kunskap
- Samlar personer med diagnos, anhöriga, yrkesverksamma och andra intresserade

Viktiga ställningstaganden

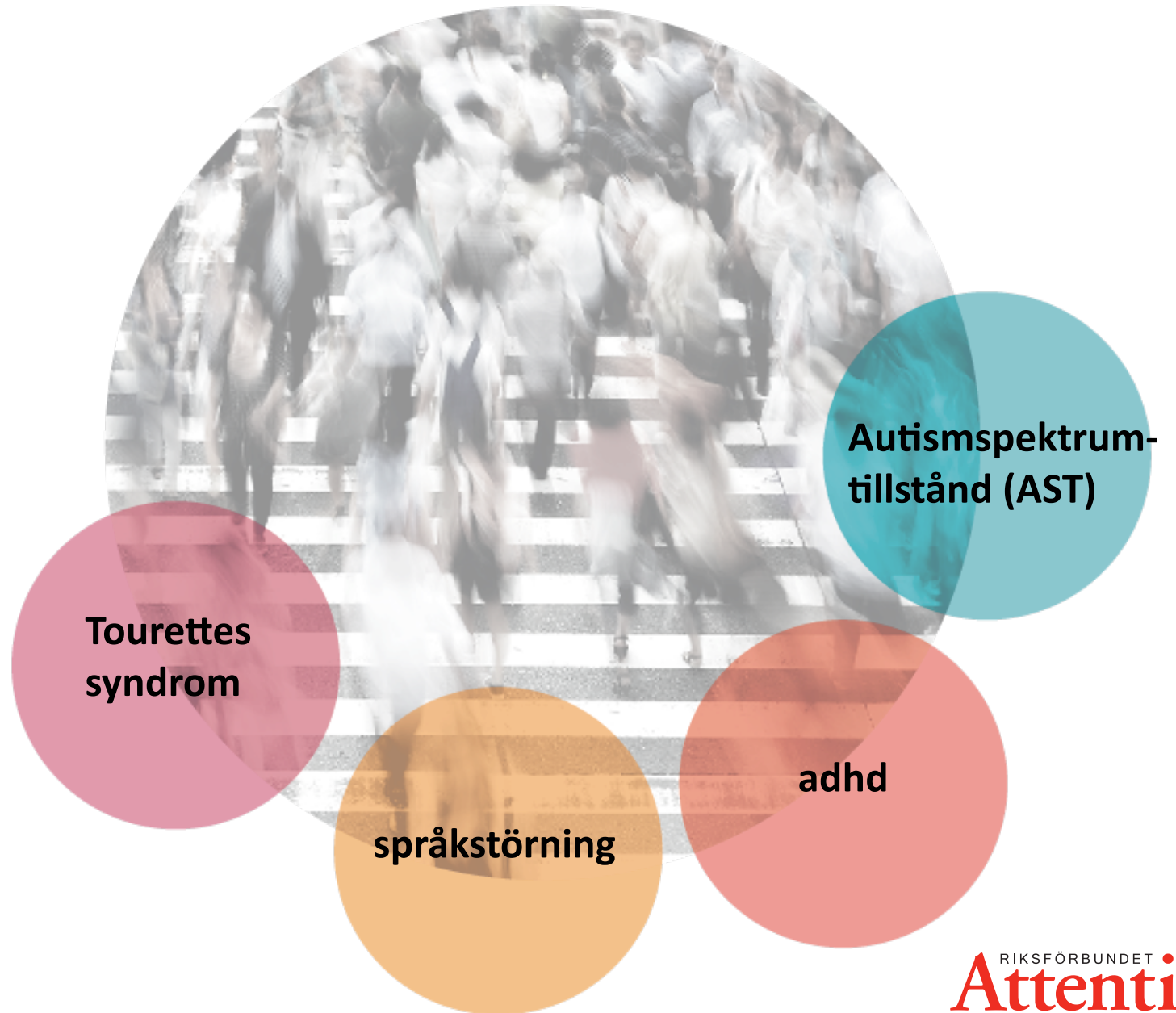
- Användningen av NPF-begreppet
- Hela livsspannet – 20 år sedan vuxna började utredas
- Alla livsområden – skola, arbete, fritid och familjeliv och ålderdom
- Kunskapsorienterade
- Lösningfokus

FYRA UPPGIFTER

- Intressepolitik
- Kunskapsspridning
- Föreningsutveckling
- Utvecklingsarbete via projekt

*Med hjälp av Kunskapsrådet
står vi oss starka i många
diskussioner*

NPF är ett samlingsbegrepp



Äldrelyftet – åldras och må bra med adhd



- Treårigt arvsfondsprojekt
- Öka kunskap och medvetande
 - samhället
 - äldre
 - anhöriga
 - personal
- Ta fram verktyg och stöd
- Samarbete en förutsättning



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN

RIKSFÖRBUNDET
Attention

”Jag har alltid varit en vallhund. Ett ödes ironi. Cirklad runt min familj, mina vänner och kollegor – är det någon som inte mår bra? Någon som inte är med? Behöver flocken muntras upp?”

Det här är ett tungt jobb. Redan som barn var det helt utmattande.

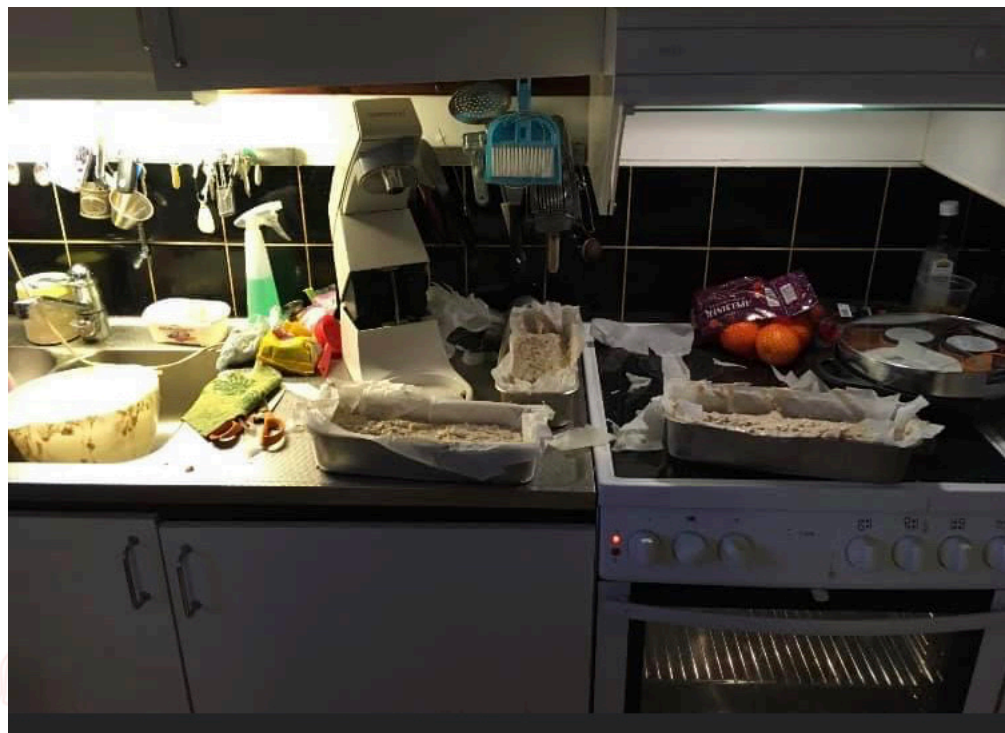
Och jag själv som inte är riktigt livsduglig och håller döden hårt i handen.”

Karin Kajsa 69 år

Varför ett projekt om äldre med NPF?

- Osynlig grupp i samhället
- Dubbel utsatthet
- Det finns ca 2 000 000 över 65 år
- Stort mörkertal – färre än 7 000 personer över 61 med diagnos
- Diagnoserna växer inte bort
- Svårt att få en utredning
- Aldrig försent att få diagnos – ge ökad livskvalitet
- Stora kunskapsluckor
- Behövs mer forskning





RIKSFÖRBUNDET
Attention



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

År 1 – Lyssnade på de äldre

- Rapport med 467 röster även som lättläst
- Skrift om bemötande När du möter mig...



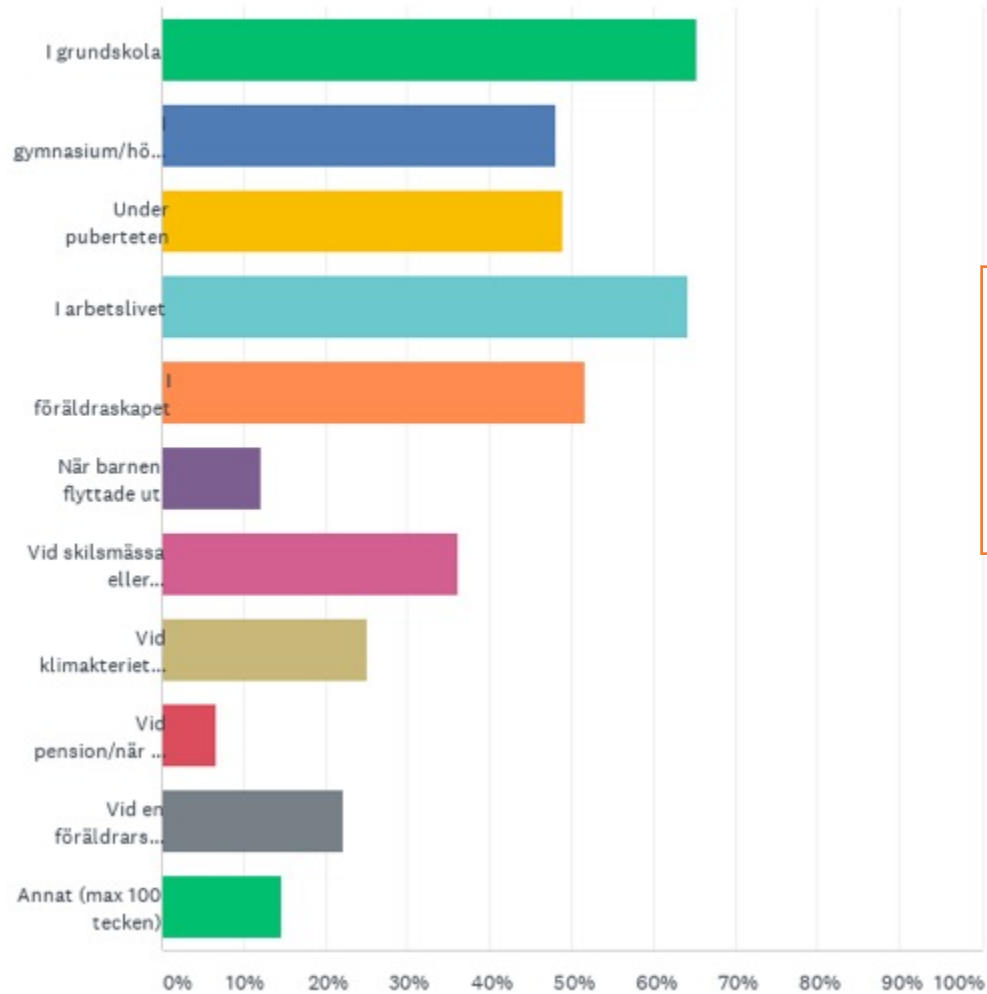
<https://attention.se/om-oss/vara-projekt/aldreliftet/>



NPF genom livet

”Tänk om jag som ung vetat att det inte var mig det var fel på, att jag inte var dum i huvudet som alla sa. Så mycket lidande som jag hade sluppit!”

Har någon, eller några av nedanstående perioder varit extra utmanande för dig? (flera svar möjliga)



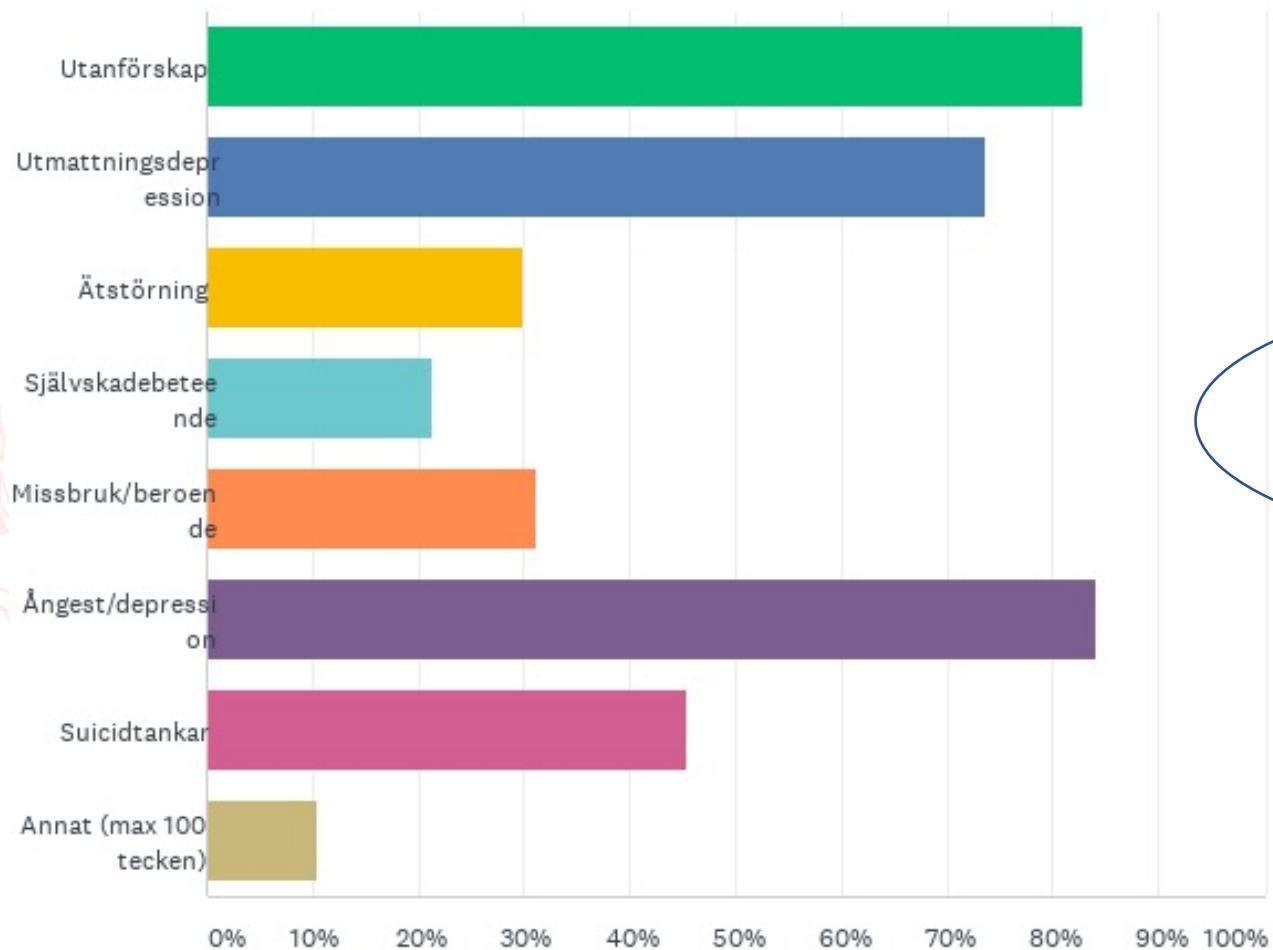
"Hade det jobbigt i skolan och har blivit av med jobbet flera ggr p.g.a att jag fungerar dåligt med många människor runt mig."

Vid skilsmässa eller separation/änka eller änkling



*"Med min man dog min boendestödjare, revisor, den som hade hand om allt praktiskt och därtill min bästa vän!
Hur kommer det gå nu? Hur ska jag klara mig utan honom?"*

Har du någon gång i livet lidit av, eller känt (flera svar möjliga)



"Har hela livet känt mig annorlunda. Och utanför."

Att få en diagnos som äldre – eller inte få det

*”Jag har gått ett helt liv och undrat varför jag är lat och slarvig och alltid fått höra hur svårt kan det vara.
Jag är så tacksam nu för allt stöd och att diagnosen förklarar så mycket.”*

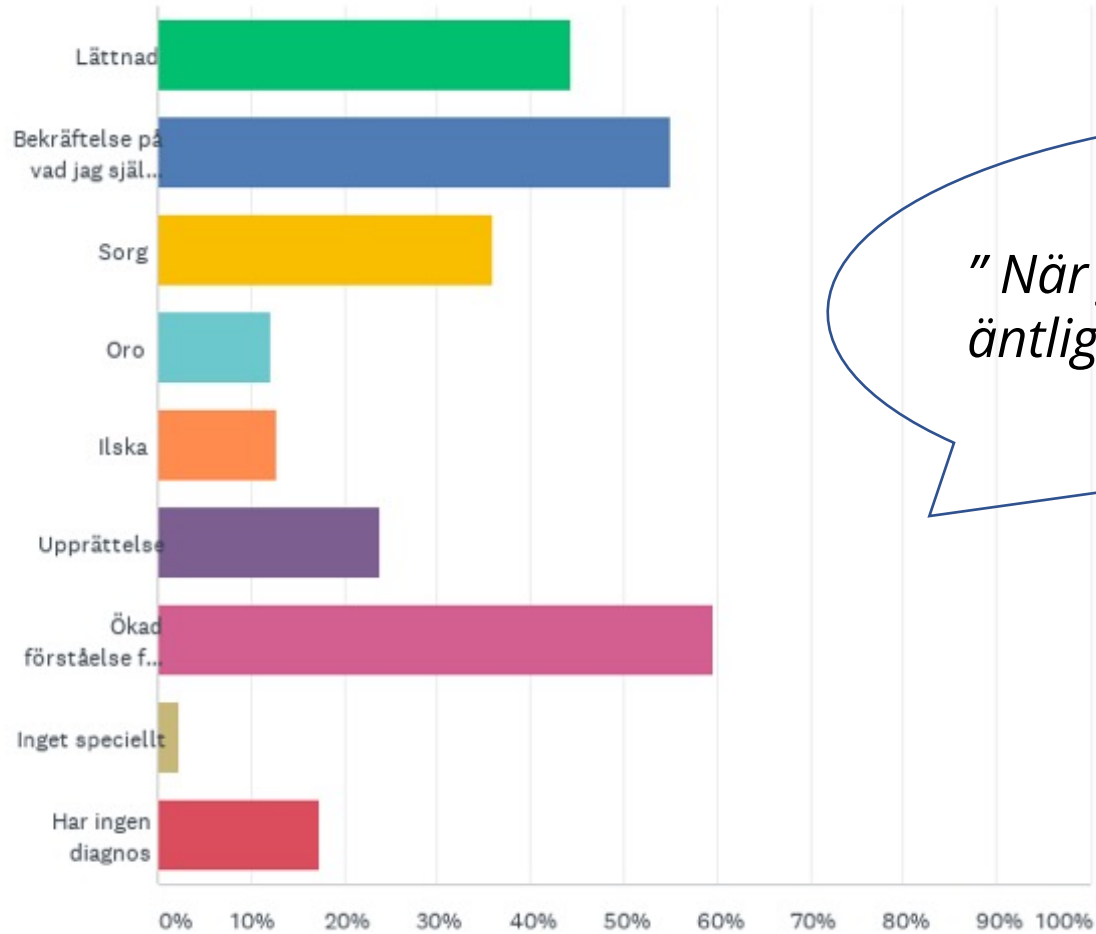
Ella berättar

”Har varit till vårdcentralen idag och bett om att få en remiss till äldrepsykiatri som man måste för att göra en utredning men oj så jobbigt. Det hade hon aldrig gjort, kanske var jag dement, kunde jag prata med en psykolog eller kanske ta hjälp av hemtjänsten. Hon menade på att de på äldrepsykiatrin aldrig skulle göra möjlighet för en sån som jag att göra en utredning.

Förstår inte hur jag ska göra.

Detta är tredje gången som läkaren tycker jag är knäpp och nekar mig.”

F11 När jag fick min diagnos upplevde jag (flera svar möjliga)



"När jag fick en diagnos kunde jag äntligen bli vän med mig själv"

Eva berättar



Tiden efter diagnos är på flera avgörande sätt den bästa i mitt liv

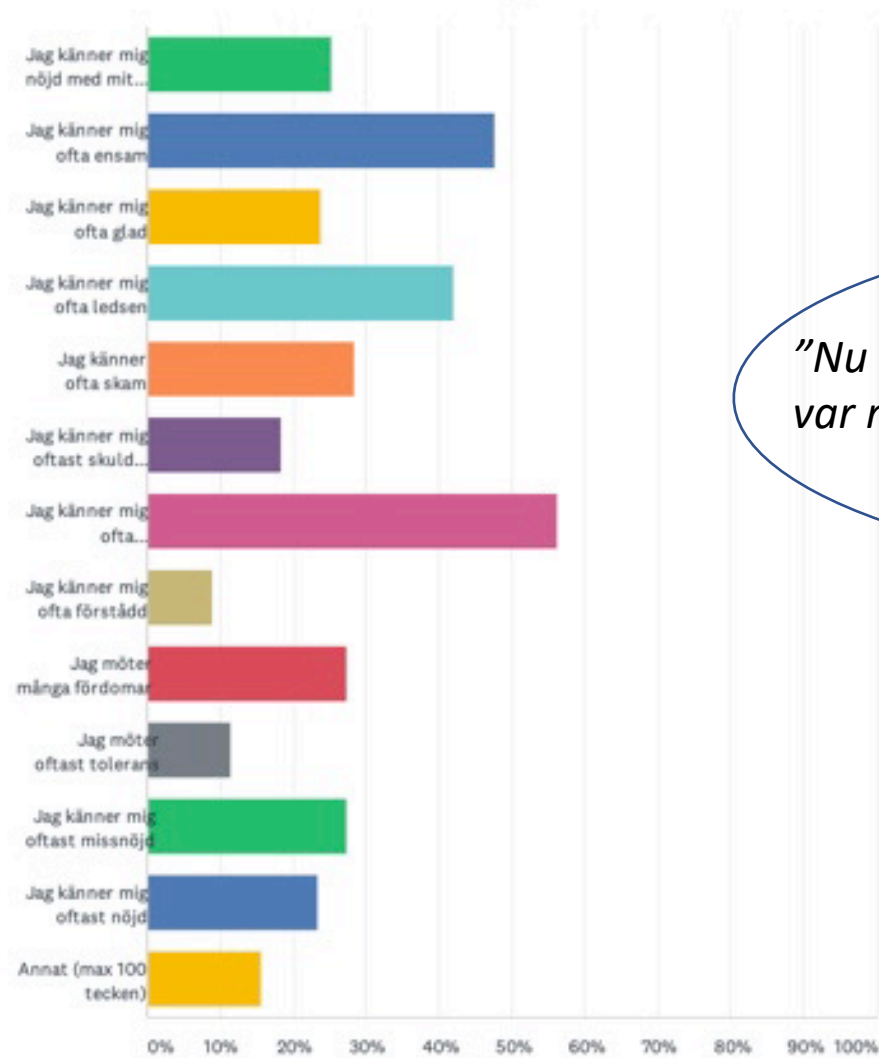
- *Jag är inte arg på mig själv längre*
- *Jag har inte de skuld känslor jag hade innan*
- *Jag försöker göra konstruktiva saker utan press*

Livet nu och framtiden

”Med ökande ålder har jag fått allt svårare att hålla ihop mig själv och livet. Jag känner också en stor oro för vad som kommer hända med mig i framtiden”

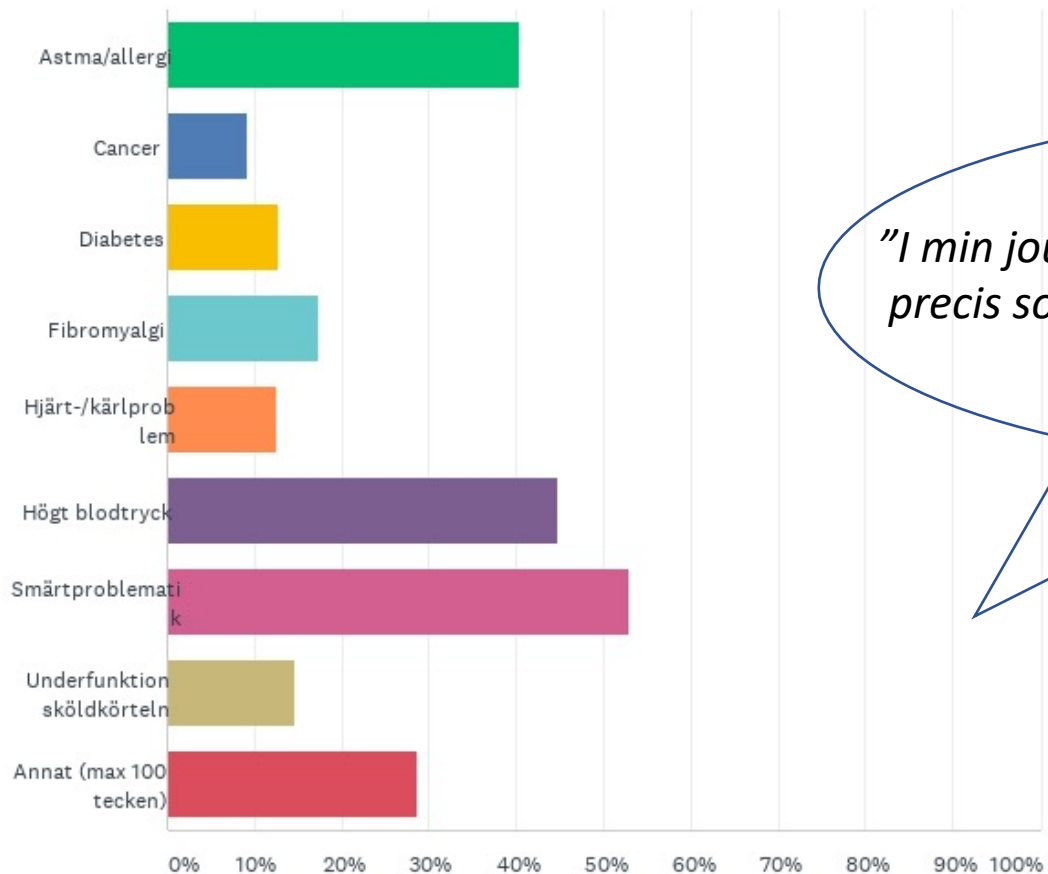
F16 Hur upplever du din livssituation idag? (flera svar möjliga)

Svarade: 380 Hoppade över: 37



"Nu är jag nöjd utifrån mina begränsningar. Det var mycket tuffare när jag var yngre."

Har du eller har du haft några av nedanstående sjukdomar eller symtom (flera svar möjliga)



"I min journal poängteras att jag har adhd och autism, precis som jag därmed inte kan bli fysiskt sjuk."

Sara berättar

”Jag är ganska trött på den där kvinnan som har förföljt mig genom livet, som jag aldrig riktigt blivit fri ifrån.

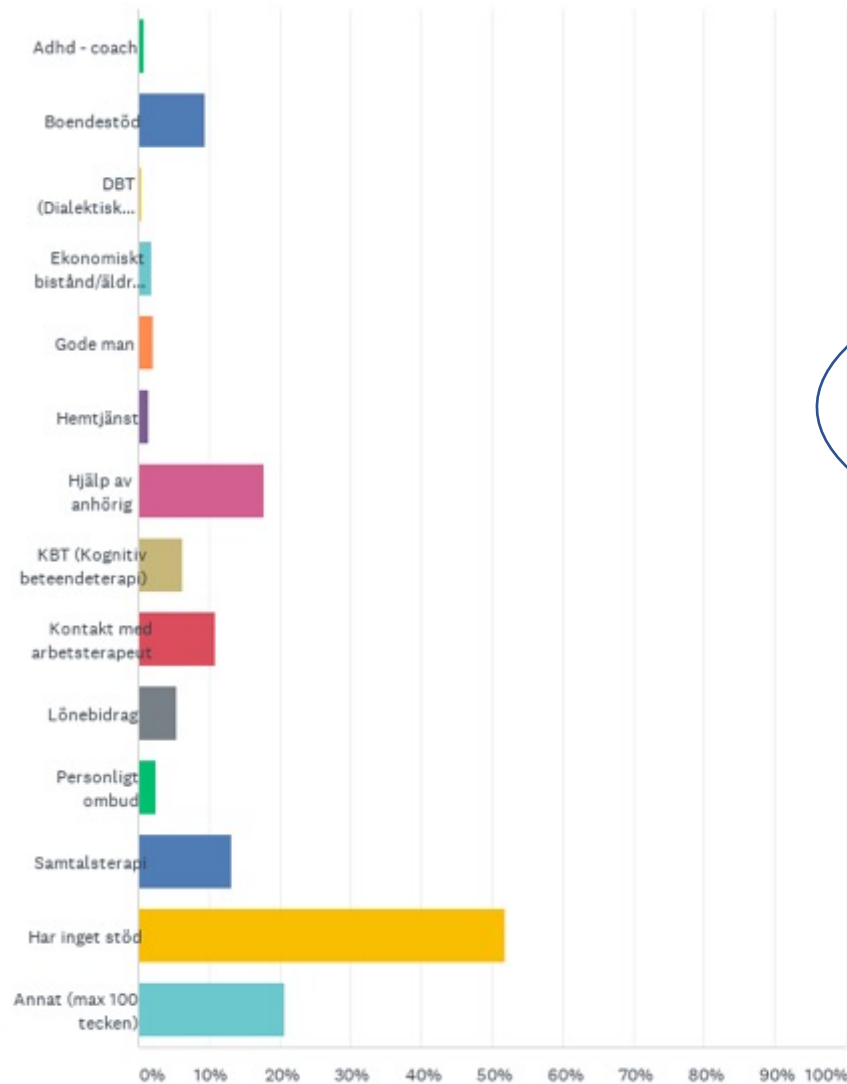
Undrar om jag ska försöka att springa ifrån henne i någon snårig skog, så hon får försmäkta sina sista dagar där medan jag kan leva hilife på tuben, åka genom hela staden klädd i en guldglimrande paljettklänning. Bli den drottning jag är ämnad att vara. Någon gång. ÄNTLIGEN.”

Behov av stöd, igenkänning och hjälp

” Det var en sådan lättnad att höra att jag inte var så märklig som jag trodde. Tänk att jag hör samman. Det är stort.”

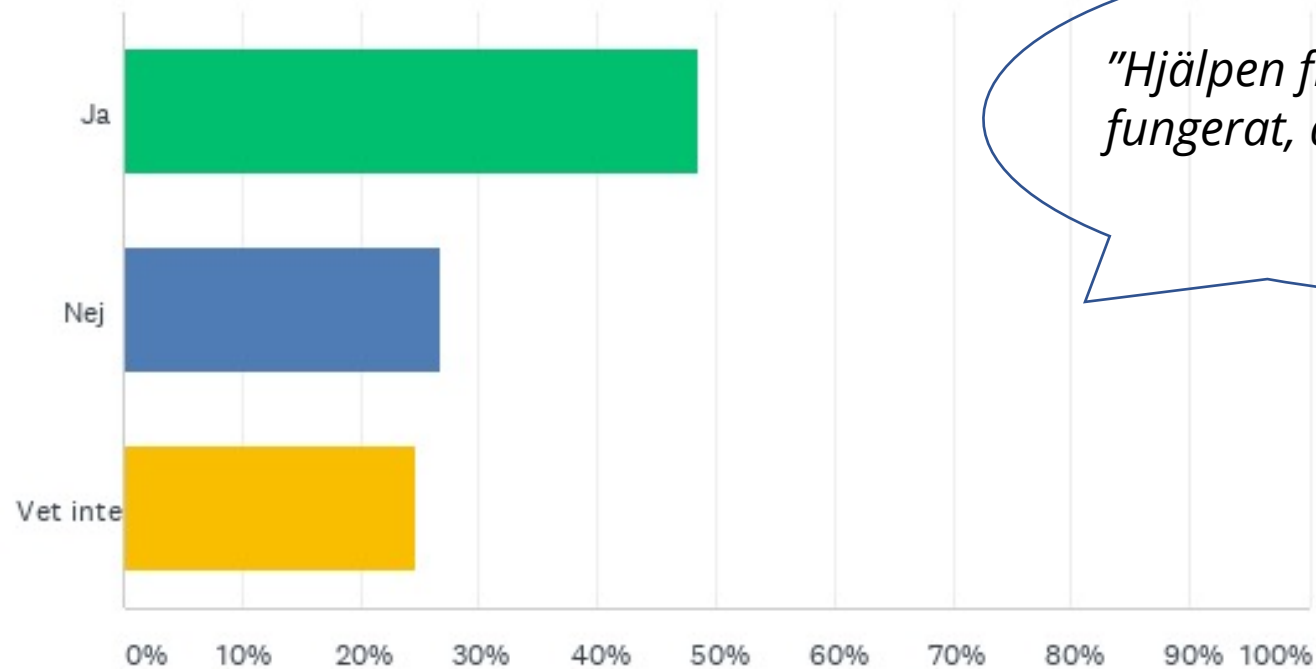


Har du något av nedanstående stöd i vardagen? (flera svar möjliga)



"Min boendestödjare och min exfru har hjälpt mig klara min vardag"

Skulle du behöva mer stöd för att klara av vardagen på ett bra sätt?



"Hjälpen från kommunen har inte fungerat, det är inte individanpassat"

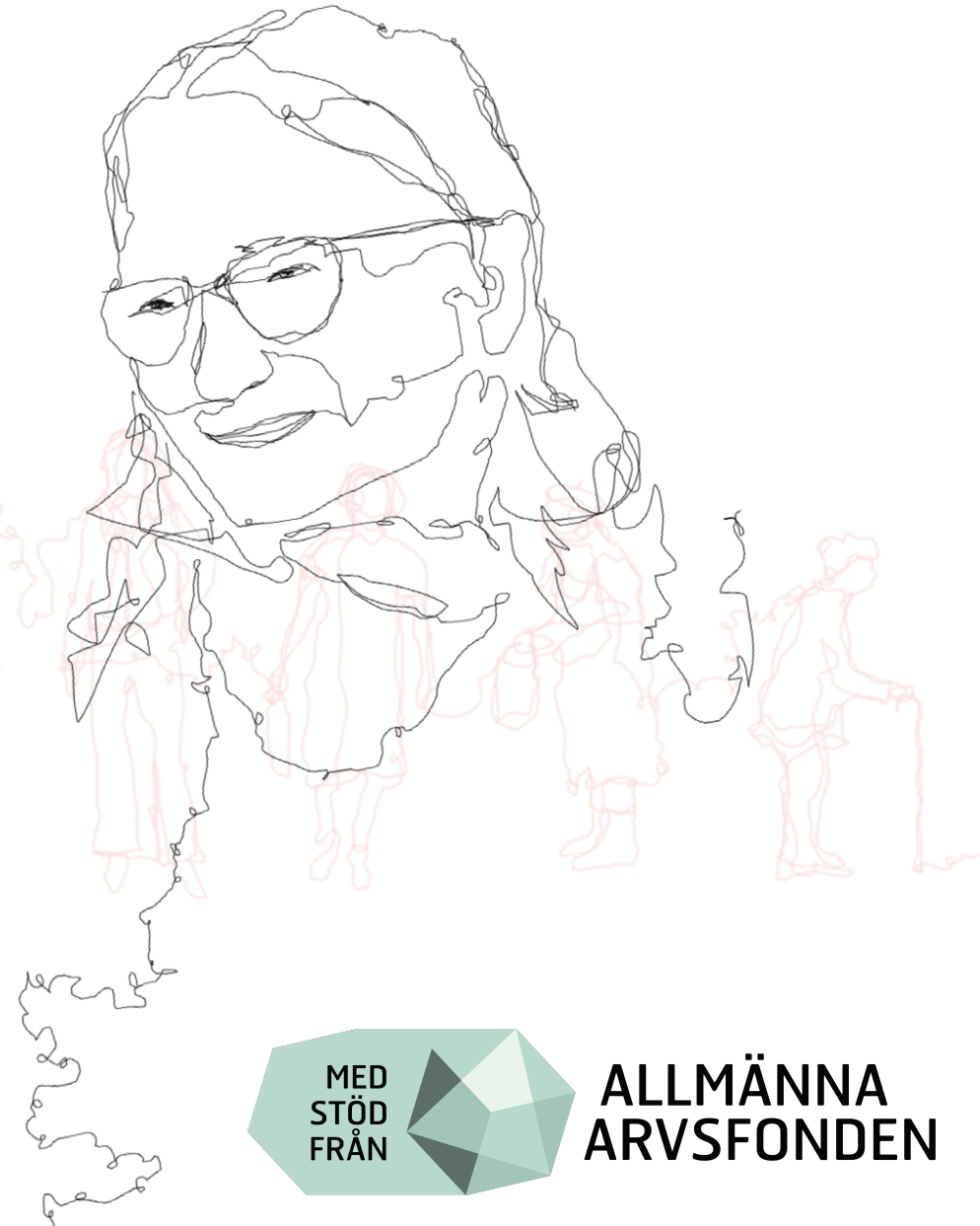
Sammanfattningsvis

- Kunskapen om äldre med NPF är för liten och eftersatt
- Det är aldrig för sent för en utredning
- Det är aldrig försent att få ett bra och fungerande liv

Utmaningen för samhället är att möta gruppens behov och möjliggöra att de får tillgång till sina styrkor istället för att huka under sina svårigheter.

År 2 – vad händer nu?

- Sprida de äldres röster
- Öka kunskap hos profession
- Öka kunskap hos äldre





Suicidprevention, region Dalarna
Med Attention Dalarna



Möte hos riksdagen

<https://attention.se/utbildning/anmalan/73535/>

Äldreomsorgsdagarna 14-15 oktober

Temadag om adhd och autism hos äldre

Den 2/12 bjuder Attention in till temadag om äldre som i första hand riktar sig till dig som är yrkesverksam inom vård och omsorg och möter äldre personer i ditt arbete, men alla som är intresserade av mer kunskap inom området är välkomna. Syftet med dagen är att öka kunskapen om hur adhd och autism tar sig uttryck hos äldre samt hur du som personal kan ge dem ett bättre bemötande.



INBJUDAN

**Temadag om adhd
och autism hos äldre**

[Läs mer och anmäl dig här!](#)

Skrivkurs



Sorg- och hopp utbildning



Livsberättargrupp



Tips

Här finns information om projektet, filmer och rapporten "Äntligen förstår jag varför hela livet varit kaos":

<https://attention.se/om-oss/vara-projekt/aldrelyftet/>

Poddar

Funka olika: Åldras 2. Äldre med adhd och autism

https://open.spotify.com/episode/7IR2rliliL3uqKHxE6E0x?si=x0auPKz1Sjm7ND2qAeK9lw&dl_branch=1&fbclid=IwAR1PPIN0-1-uUDNB0Q0e307XJF9LuY6wR3iMM7Z629Tt0WiKM53FMr9X12c&nd=1

Kafferast i kunskapsfabriken: Ella och Kajsa om att upptäcka att man levtt med adhd

https://nsph.se/podcast/2021-08-ella-och-kajsa-om-att-upptacka-att-man-levtt-med-adhd/?fbclid=IwAR30JI9J_oQtEtXJJqr1msMM3-n5R1w_E66Y4n21cgo9KIBIOUIEjpc6kvc

Webbinarium

NKA: Äldre närstående och anhöriga med NPF

<https://www.anhoriga.se/stod-och-kunskap/navigeringskurs-for-anhoriga-till-aldre-personer-med-psykisk-ohalsa/navigeringskurs-om-psykisk-ohalsa-for-aldre/aldre-narstaende-och-anhoriga-med-npf/>

Jag skulle kunna sammanfatta tiden före diagnos med uttrycket

"Stoppa världen jag vill hoppa av"

Tack!

Annika von Schmalensee

annika.schmalensee@attention.se

Tiden efter diagnos kan sammanfattas med "Stoppa världen jag vill kliva på lugnt och fint"