

Telefonrådgivning mindsker depression hos pårørende

Kasper Jørgensen

Pårørende til personer med demens er en udsat gruppe, der ofte må leve med en høj grad af psykisk belastning. En systematisk gennemgang af forskningen vedrørende telefonisk rådgivning peger i retning af, det kan mindske depressive symptomer hos pårørende. Men det er uklart om telefonrådgivning hjælper på andre belastningssymptomer som stress eller angst.

Nære pårørende til personer med demens rammes i højere grad end andre ældre af psykiske belastningssymptomer. Tidligere forskning har vist, at omkring halvdelen af de mandlige og 62 % af de kvindelige pårørende har symptomer på følelsesmæssigt stress - samt at knap hver tredje pårørende er generet af depressive symptomer.

Telefonrådgivning består for eksempel i, at en demenskyndig fagperson besvarer spørgsmål om demenssygdommen og giver råd vedrørende håndtering af aktuelle problemer.

En systematisk gennemgang af forskningen - et såkaldt Cochranerewiew - viser, at pårørende, der modtager telefonrådgivning, oplever færre depressive symptomer, end pårørende, der i højere grad overlades til sig selv. Kvaliteten af forskningen er imidlertid ikke høj, og reviewerne konkluderer, at der er brug for mere og bedre forskning for at afklare effekten af telefonrådgivning.

Der ses endvidere tendenser i retning af, at rådgivningsgruppen føler sig mindre belastede som omsorgsgivere, og at de i højere grad holder fast i støtte fra deres sociale netværk, men disse resultater er temmelig usikre.

Fakta om undersøgelsen

Det foreliggende Cochranerewiew er baseret på ni lodtrækningsbaserede, kontrollerede undersøgelser fra 1999 og frem samt to kvalitative studier. Forskning i den mulige effekt af psykosociale indsatser som i dette tilfælde telefonrådgivning er notorisk behæftet med metodemæssige problemer og fejlkilder: blinding af deltagerne er ikke mulig, de pårørendes udbytte er alene baseret på selvrapportering, det er svært at gennemskue, om randomiseringen er foregået korrekt, etc.

Ring til Demenslinien på 5850 5850

I Danmark varetages telefonrådgivning af pårørende til demente primært af Demenslinien, der er en landsdækkende, gratis service etableret af Alzheimerforeningen. Endvidere yder kommunale demenskoordinatorer rådgivning lokalt, ligesom Ældre Sagen har en gratis telefonrådgivning, der også henvender sig til pårørende til demente.



[Brodaty H, Woodward M, Boundy K, Ames D, Balshaw R. Prevalence and predictors of burden in caregivers of people with dementia. Am J Geriatr Psychiatry. 2014 Aug;22\(8\):756-65](#)

[Demenslinien](#)

[Ældre Sagens rådgivning](#)

Oprettet: 21. november 2014