

Anhörig i nöd och lust

Lennarth Johansson, Vulkan

"Sätt på dig själv syrgasmasken innan du hjälper andra" är rådet till alla flygresenärer. Det borde också ges till alla som vårdar och hjälper anhöriga. Glöm inte bort att tänka på dig själv, det är även den du hjälper mest betjänt av.

Det är en röd tråd i **Lennarth Johansson** bok som riktar sig till alla slags anhöriga – antingen du hjälper din gamla mamma, din make/maka eller ett barn med psykisk eller fysisk funktionsnedsättning. Förf. är psykolog och har i många år lyft fram anhörigas betydelse i sitt jobb på Socialstyrelsen.

Han varnar för "anhörigsjukan", dvs att ta på sig orimligt mycket. Ett syfte med boken är också att lyfta lite skuld från anhöriga. Det är t ex vanligt att vara kluven och ibland känna att man bara inte vill ställa upp längre. Innehåller också praktisk information om lagar och regler, vad man har rätt att kräva och hur man bäst navigerar i vård- och omsorgslabyrinterna. /KM

- » [SocialPolitik ute 23 maj](#)
- » [Beställ SocialPolitik nr 2/2013!](#)
- » [Länk till Adlibris](#)