



Dansk
Sygeplejeråd



NOTAT: Børn og unge som pårørende – en opgave for de nye sundhedsråd

Udarbejdet af:

Det Nationale Sorgcenter, Lægeforeningen, Dansk Sygeplejeråd og Kræftens Bekæmpelse

Dato: 21. oktober 2025

Formål: Baggrundsnotat til Folketingets sundhedsordførere ifbm. foretræde i Sundhedsudvalget

Baggrund

Alt for mange børn og unge står alene, når deres familie rammes af alvorlig sygdom eller dødsfald. Hver dag mister fem børn i Danmark en forælder. Hvert år oplever op mod **85.000 børn og unge**, at deres mor, far eller søskende bliver alvorligt fysisk syge.

Derudover vokser **næsten 300.000 børn** op i familier præget af psykisk sygdom, og **omkring 122.000 børn** lever med rusmiddelproblemer tæt inde på livet.

Trods denne viden er hjælpen til børn og unge som pårørende stadig mangelfuld. Trods voksende opmærksomhed, herunder fra bl.a. Trivselskommissionen, er der fortsat store udfordringer med uklar ansvarsfordeling, manglende systematisk i opsporing, henvisning og støtte til børn som pårørende. Mange børn der er pårørende til alvorlig syg forælder eller søskende opspores aldrig, og der er uklarhed om, hvem der har ansvaret. Når en voksen bliver alvorligt syg, træder et helt sundhedssystem i kraft – men børnene, der står ved siden af, overses ofte.

Placer et ansvar hos de nye sundhedsråd

Med sundhedsreformen oprettes **17 nye sundhedsråd** med repræsentanter fra kommuner og regioner. Det giver en unik mulighed for at **placere et tydeligt ansvar** for børn som pårørende i en samlet ramme. Vi foreslår derfor, at hjælp til **pårørende børn og unge skrives ind i lovgivningen om sundhedsrådenes opgaver**.

Sundhedsrådene kan være med til at sikre bedre støtte til børnene ved:

- At **fordele ansvaret tydeligt mellem kommuner og regioner**, så ingen børn overses. Norge har allerede gode erfaringer med dette.
- **Systematisk at opspore** børn som pårørende på hospitaler, hos praktiserende læger og hos sundhedsplejersker, så ingen børn falder igennem systemet.
- At **registrere oplysninger** om børnene i forældrenes patientjournal, så sundhedspersonale kan følge op på deres behov.
- At **henvise børn med støttebehov til** den rette hjælp, hvad enten det er i kommunen, regionen eller via frivillige organisationer.

Et klart mandat i sundhedsrådene vil styrke den tidlige indsats og bidrage til, at ingen børn står alene med sygdom og tab i familien.

Fakta om konsekvenser pårørende børn og unge

- Børn, der er pårørende til en syg forælder, trives dårligere end deres jævnaldrende. Flere rammes oftere af ensomhed, har haft selvskadende adfærd og udsættes mere for mobning end deres jævnaldrende.¹
- Børn, som er pårørende til en forælder med psykisk sygdom, har flere selvmordstanker, lavere selvtilfredshed, afslutter folkeskolen med et lavere karaktergennemsnit end deres klassekammerater, og færre starter og gennemfører ungdoms- og videregående uddannelser. Yderligere bliver flere dømt for kriminalitet, og flere er ofre for kriminalitet.²
- Voksne, der har mistet en forælder i barndommen, har sværere ved at stifte familie og fastholde relationer, har sværere ved at starte og gennemføre en uddannelse, har større risiko for udvikling af depressioner, har større forbrug af psykofarmaka og har større risiko for brug af alkohol og rusmidler sammenlignet med voksne, der ikke har mistet som barn.

Vores anbefalinger

1. **Giv sundhedsrådene et klart ansvar for børn og unge som pårørende.**
Skriv pårørende børn og unge ind i lovgivningen om sundhedsrådenes opgaver. Sundhedsrådene vil udgøre en oplagt ramme for at sikre bedre tilbud til børn og unge pårørende – og for at sikre tilstrækkelig systematik og sammenhæng i opsporing af pårørende børn/unge med støttebehov.
2. **Afsæt fortsat midler til implementering, opfølgning, vidensopsamling og videndeling af de gode erfaringer**
Den politiske aftale, som blev indgået i 2023 med 5 mio. kr. årligt i perioden 2023 – 2025, løber ud. Vigtigt med både politisk og økonomisk opfølgning.

Det er en investering, der vil betale sig både menneskeligt og økonomisk. Sundhedsrådene giver en historisk mulighed for at skabe et nationalt systemansvar for børn og unge som pårørende, som vil bidrage til bedre psykisk trivsel for børn og unge.

¹ Jørgensen S. E., Andersen A., Lund L., Due P., Michelsen S.I.: Trivsel og hverdagsliv blandt børn og unge som pårørende og eftertædte. Statens Institut for Folkesundhed. Syddansk Universitet. 2019.

² Rasmussen I, Kruse M. Samfundsøkonomiske konsekvenser af at være barn af forældre med mentale helbredsproblemer. Dansk Center for Sundhedsøkonomi. Institut for Sundhedstjenesteforskning. Syddansk Universitet. 2023