



Anhörig till någon med missbruk

Al-Anon är självhjälsgrupper för anhöriga och vänner till någon med alkoholproblem. Telefon: 070-610 96 61, telefontid tisdagar 19-21. www.al-anon.se. På hemsidan finns information om mötestider i Hässleholm.

Nar-Anon är självhjälsgrupper för anhöriga och vänner till någon med drogberoende. Telefon 0706 - 00 16 29. www.nar-anon.se På hemsidan finns information om mötestider i Hässleholm.

ACA är självhjälsgrupp för vuxna barn till alkoholister och från andra dysfunktionella familjer. Telefon 0703-12 11 81. www.aca-sverige.org. På hemsidan finns information om mötestider i Skåne.

Anhörigas Riksförbund (AHR) är en religiöst och partipolitiskt obunden organisation som stödjer anhöriga och anhörigvårdare oavsett ålder, kön eller diagnos hos den som vårdas. Telefon: 0200-239 500. www.ahrisverige.se

Föräldraföreningen Mot Narkotika (FMN) är en ideell, religiöst och partipolitiskt obunden nätverksorganisation, vars huvudsakliga verksamhet i första hand riktar sig till anhöriga, föräldrar, syskon och kamrater. Telefon: 08-642 06 50. www.fmn.se

Riksförbundet för hjälp åt narkotika- och läkemedelsberoende (RFHL) är ett förbund av föreningar och medborgare som tillsammans verkar för ett samhälle utan missbruk och beroende. Telefon: 08-545 560 60. www.rfhl.se

IVO – Inspektionen för vård och omsorg (socialtjänstens tillsynsmyndighet) Box 41 06, 203 12 Malmö. Telefon 010-788 50 00

För ytterligare information kontakta:

Socialförvaltningen
socialnamnden@hassleholm.se
Tel 0451-26 87 00/ 0451-26 87 22



**Hässelholms
kommun**

Hässelholms kommun · Stadshuset · 281 80 Hässelholm · vx 0451-26 70 00

www.hassleholm.se

Socialförvaltningen

Anhörig till någon med missbruk

Verksamhetsområde Vuxna



► Hässelholm nästa.

Anhörig till någon med missbruk

Missbruk av alkohol och droger

Om man använder preparat som alkohol, narkotika eller vissa läkemedel på ett sätt som leder till att man själv eller närstående mår dåligt, kan man kalla användandet för missbruk. Om man berusar sig ofta och kroppen vänjer sig vid att vara påverkad, kan det kännas svårare att klara sig utan preparatet.

Ett missbruk påverkar ofta flera olika livsområden negativt, som hälsa, arbetsförmåga och relationer.

Missbruk kan ibland vara ett symtom på dåligt mående till följd av psykiska besvär eller särskilda omständigheter i livet. Missbruk kan utvecklas oavsett ålder, kön, inkomst, tillgångar, sjukdomar, familj osv.

Det är mycket vanligt att man skäms och känner skuld och att man försöker dölja missbruket. Det brukar vara svårt att våga förstå och erkänna att man har missbruksproblem, både för sig själv och för andra.

Hela familjen påverkas

Hela familjen berörs när någon har ett missbruk. Olika människor påverkas på olika sätt. En del känner oro för den som har ett missbruk som skadar sin hälsa. Ilska och trötthet är också vanliga känslor. Vardagen kan kännas oföretsägbar. Det händer att man flyttar sina gränser för vad man tycker att man kan acceptera. Vissa lägger skuld på sig själva. Det händer att man isolerar sig för att dölja vad som pågår.

Ens eget liv kan hamna i skymundan för missbruket.

Det är viktigt att du som är anhörig förstår att den som har ett missbruk i första hand själv är ansvarig för att ta emot hjälp för att förändra sitt beteende. Som anhörig kan du berätta om din oro och berätta att det finns hjälp att få för den som vill komma ur ett missbruk.

Stöd till dig som är anhörig

Många som är anhöriga mår bättre av att samtala med någon. Man kan behöva hjälp att lyfta sina egna behov. Det kan vara skönt att känna att man inte är ensam. Är du anhörig och bor i Hässleholms kommun är du välkommen att vända dig till någon av kommunens verksamheter för att få stöd:

Maria Skåne Nordost

Erbjuder missbruksbehandling till personer under 25 år och stöd till anhöriga till unga med missbruk eller riskbruk. Telefon: 0451-418 36

Adress: Frykholmsgatan 6 Hässleholm

Novum samtalsterapi

Erbjuder kostnadsfri samtalsterapi. Du kan boka själv och blir inte registrerad eller journalförd.

Telefon: 0451-26 70 70 / 26 70 71 (71).

Adress: Löjtnant Granlunds väg 6.

Lyktans öppenvårdsbehandling

Erbjuder bl a behandling till personer med missbruk och stödsamtal till anhöriga. Erbjuder anhörigrupp på måndagar kl 16.30-18.30. Telefon: 0451-26 88 48. Adress: Östergatan 40

BUS (Barn och ungdomssupporten)

Erbjuder stödgrupper för barn som är anhöriga till någon med missbruk. Telefon: 0451- 26 88 60. Adress: Källarbacksvägen 5.

Socialförvaltningens utredningsenhet.

Hit kan man vända sig för att lämna en orosanmälan eller för att ansöka om anhörigstöd. Telefon: 0451-26 70 50 på telefontid vardagar 10.00-11.30.

En bra plats online

Hässleholms kommun erbjuder anhörigstöd via nätet. Här får du en kontaktperson inom kommunen för råd och stöd, tillgång till information och forskning samt en säker plats att dela erfarenheter och tankar med andra anhöriga. Enbraplats.se

Det finns också andra myndigheter och intresseorganisationer att kontakta för stöd och hjälp, se nästa sida.