Kvinnor måste få ta tid och kosta pengar efter ett beroende

Fram till sommaren 2026 pågår det ett arbete där nio myndigheter ska ta fram en nationell plan för en bättre beroendevård och ett stärkt förebyggande arbete. Detta initiativ välkomnar vi och **hoppas att de verkligen tar hänsyn till vad som händer efter att en behandling är avslutad.** Vi i LP-Verksamheten brukar säga att det långa loppet börjar när förtroende, trygghet, tillit och sammanhang ska byggas på utsidan.
Jag har vid tre olika tillfällen fått möjligheten att lyssna till dr. fil. Mulka Nišićs föreläsningar om hennes fleråriga studie *om kvinnors återhämtning från beroende och vad kvinnor behöver för att lyckas behålla sin drogfrihet.*
Under det första året av drogfrihet så är det 70% som klarar av att vara drogfria och om man klarar sig i 5 år så är det endast 15 % som återfaller. Vinsten för människan och samhället är lång eftervård, de återanpassas till ett fullvärdigt liv i samhället. Hennes studier visar att människor i återhämtning får en betydligt bättre hälsa, mer stabil ekonomi, fler börjar arbeta eller studera och utsattheten för våld minskar kraftigt, särskilt bland kvinnor. Ett annat, kanske överraskande resultat, är att många i återhämtning engagerar sig ideellt.

Varje gång jag har lyssnat på Mulka så har jag slagits av samma tanke: det hon beskriver är i grunden inget nytt för oss som arbetat länge med kvinnor i beroendeproblematik. Kvinnor behöver trygghet, meningsfullhet, och återhämtning. Det är lite sorgligt att det kommer en studie 2026 om det vi vetat om i många år, vi som jobbat med beroende för kvinnor.

Men sorgsenhet är inte min övervägande känsla utan det är både *befriande och efterlängtat* att någon äntligen har gjort forskning som är gjord på kvinnor för kvinnor. Under många år har beroendevårdens kunskapsbas främst vilat på studier av män, medan kvinnors erfarenheter ofta fått anpassas in i en struktur som inte fullt ut speglar deras verklighet.
Jag bad AI ta fram några områden där det enbart forskats på män och som sedan indirekt har använts på kvinnor, här är ett axplock:
-Riskbedömningar och Återfallsprognoser, Program mot våld och kriminalitet, Gängforskning och avhopparstöd, Beroende behandlingens grundmodell, Samsjuklighet främst trauma, Läkemedelsstudier för missbruk och psykisk ohälsa, Diagnoskriterier och screeningverktyg för NPF, ADHD och Autism, Depression och Suicidrisk.

När jag lyssnar till Mulkas forskning känner jag igen berättelserna. Kvinnors väg till återhämtning handlar sällan enbart om att sluta använda alkohol eller droger. Den handlar om relationer som gått sönder, om skuld och skam, om våld och utsatthet,

och om en djup längtan efter att bli sedd som människa och inte en skitig knarkare som har misslyckats. I vårt arbete med kvinnor inom LP-Verksamheten har detta varit tydligt under väldigt lång tid. Många kvinnor bär på ett dubbelt ok: beroendet i sig och de sociala förväntningar som
följer med roller som partner, mamma eller omsorgsgivare och steget till att söka hjälp större.
De är redan så dömda av samhället för sina skamfyllda misslyckanden.
Det som gör Mulkas forskning så viktig när hon utgår från kvinnors egna berättelser är inte att den säger något helt nytt utan att den ger språk, struktur och legitimitet åt kvinnors erfarenheter.
Den synliggör behov som annars riskerar att förbises i traditionell beroendevård.
Forskningen bekräftar det vi sett i praktiken: att kvinnors återhämtning i hög grad handlar om tid, trygghet, relationer och sammanhang där de inte behöver prestera eller försvara sin plats. Allt handlar inte bara om avslutade behandlingsinsatser.
För mig och mitt arbete inom LP Kvinna blir denna forskning därför ett viktigt stöd.
Inte för att den förändrar vår grundläggande förståelse av kvinnors behov, utan för att *den bekräftar dem.* Den stärker argumentet för att beroendevård för att kvinnor ska återhämta sig krävs tid, det handlar om ett återhämtningskapital.
LP-verksamhetens mål är att få kvinnor att känna sig trygga i sin behandling och vi anser att den ideella sektorn behöver flätas in i vårdkedjan efter avslutad behandling som en kraft att räkna med för kvinnor (och mäns) återhämtning.
Sen att vi kan erbjuda församlingar att bli ett sammanhang att växa i efter en behandling är en styrka vi kan lägga till i LP-Verksamhetens eftervård.

Jag avslutar med Mulkas bevingade ord ”Recovery is not McDonalds” och håller med, beroendevård är ingen ”quick fix”.

Nina Månstråle Eriksson
Verksamhetsledare LP Kvinna
Länk till dr. fil. Mulka Nišićs forskningsarbete / Narkotika politiskt Center
NPC_rapport_recovery-1.pdf

Källa:
Nišić, M. Forskning om kvinnors återhämtning från beroende, bland annat vid University of Derby / Centre for Addiction Recovery Research.
Här kan du läsa mer:
• What constitutes a women’s recovery from addiction? Examining lived experiences and recovery capital of women from diverse European backgrounds. Addiction Research & Theory. 2025
• Charting recovery pathways in Sweden: The role of time, gender and meaningful activities. Nordisk Alkohol- & Narkotikatidskrift, 2025.