

Ordföranden har ordet

Om rehabilitering

I rehabiliteringsprogram kan strokepatienten ägna flera timmar om dagen åt sjukgymnastik, arbetsterapi, talträning, beteendeterapi, gruppaktiviteter m.m. Det är viktigt att upprätthålla färdigheter som bidrar till att förbättra andra funktioner. En del av tiden ska ägnas åt att öva sådant som man kunde innan insjuknandet (t.ex. gå och prata). Andra delar av tiden används till att lära sig nya saker som inte kan göras på vanligt sätt t.ex. att göra något med en hand i stället för två som man gjorde tidigare.

Sätta upp mål

Rehabmålen beror på hjärnskadans omfattning, vad patienten kunde göra tidigare och patientens egna önskemål. Patienten, anhöriga och behandlingsteamet bestämmer målen tillsammans. I många fall måste uppgifter upprepas flera gånger för att ett delmål skall uppnås. Om målen sätts för högt kan inte patienten uppnå dem. Om målen sätts för lågt får patienten inte den hjälp som skulle få hen att nå längre. Det är därför viktigt att målen sätts realistiskt. Exempel på rehabmål:

- Kunna gå, åtminstone med rollator eller käpp
- Kunna göra vissa saker själv med hjälp av specialutrustning
- Kunna tvätta sig själv
- Kunna klara sig själv på toaletten

När patienten når behandlingsmålen betyder det inte att träningen är slut. Det betyder bara att man är redo för nya mål.

Rehabiliteringspersonal

Eftersom varje fall av stroke är unikt varierar behandlingen från person till person. Rehabiliteringen utförs av olika typer av specialutbildad personal.

-Läkaren

Läkaren spelar en central roll i rehabiliteringen. Hans eller hennes bakgrund kan variera; Allmänläkare, invärtes medicinare, geriatriker, neurolog, specialläkare inom fysikalisk medicin.

-Rehabiliteringssjuksköterska

En sjuksköterska som är specialist på vård av personer med funktionsnedsättning. Sköterskan ger direkt vård, utbildar patienter och anhöriga och hjälper till att samordna behandlingen.

-Sjukgymnast

Sjukgymnasten bedömer och behandlar problem som är kopplade till rörlighet, balans och koordination. De förser patienten med träning och övningar som kan förbättra gångfunktionen, hjälpa patienten i och ur sängen och röra sig utan att tappa balansen. Vid behov lära de anhöriga hur de kan hjälpa patienten med övningar och träning.

-Arbetsterapeut

Arbetsterapeuten ger patienten anvisningar med övningar och praktisk träning i aktiviteter som patienten kunde utföra innan stroken t.ex. äta, duscha, klä på sig, skriva och laga mat. Gamla sätt att göra saker på kanske inte är möjliga längre, så arbetsterapeuten lär patienten nya metoder.

-Logoped

Logopeder hjälper patienten att återfå talfunktionen och i förekommande fall får patienten lära sig andra sätt att kommunicera på. En viktig uppgift är att lära de anhöriga hur de kan förbättra kommunikationen. De hjälper även patienter med sväljproblem.

-Kurator

Kuratorer arbetar tillsammans med patienten och anhöriga med att fatta beslut om rehabilitering och planering av flytten hem eller till en ny lägenhet. Kuratorer hjälper även till med ansökningar om ekonomisk ersättning, kommunala insatser och blanketer till försäkringskassan. Dessutom kan de bidra med rådgivning om en lång rad olika problemställningar

-Fritidspedagoger

Detta är personer som hjälper patienten att återuppta verksamhet som de tyckte om att syssla med innan de fick en stroke, t.ex. spela kort, påta i trädgården mm. Fritidspedagoger hjälper till under rehabiliteringsprocessen och uppmuntrar patienterna att praktisera sina färdigheter.

-Övriga

Andra yrkesgrupper kan också delta i behandlingsprocessen t.ex. psykologer, dietister, personal som utformar skenor/stödbandage/specialskor, fotvårdare m.fl.

Rehabiliteringsteamet

Mycket ofta är det specialisterna som deltar i rehabiliteringen organiserade i ett team som är anpassat efter varje enskild patients behov. Patient, anhöriga och specialister är alla deltagare i gruppen. Man håller regelbundna möten för diskutera behandlingens förlopp och framsteg. Detta gör det lättare att samordna åtgärder och det stärker allas motivation att nå behandlingsmålen.

Baserat på medbas.se

Håkan Mandahl

Ordförande