

Tilbud ved rehabiliteringspoliklinikken

.....
...og litt om hvordan man kan håndtere vanlige utfordringer etter hjerneslag

v/Liv Elisabeth Hinderaker, M.Sc./Spesialergoterapeut
Rehabiliteringspoliklinikken

Hva er rehabiliteringspoliklinikken?

- Lassa
- En del av SUS
- Tverrfaglig team:
 - Lege
 - Fysioterapeut
 - Ergoterapeut
 - Sosionom
 - Psykolog
 - Test-teknikere



Hva kan jeg forvente?

- Kartlegging (2 eller flere yrkesgrupper)
 - Vurdering
 - Oppfølging ved behov
 - Henvisning videre ved behov
 - Kommunehelsetjenesten
 - IKART
 - Andre



Ulike oppfølgingstilbud

- Gruppetilbud
 - Intensiv språktrening i gruppe
 - Intensiv håndtrening i gruppe
 - Tidligfase hjernesko
- Individuelle tilbud
 - Dagpasient
 - Individuell oppfølging
 - Lege, fysioterapeut, ergoterapeut, sosionom, psykolog



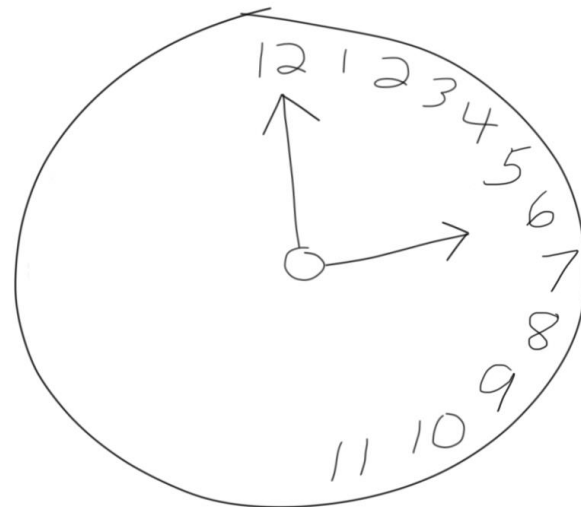
Vanlige vansker – og noen tips

Vansker med/utfall	Hva kan det bety i praksis	Hva kan jeg gjøre?
Hukommelse	Glemmer ting Glemmer avtaler	Gjenta, skriv ned, bruk alarmer, snakk til deg selv, ha rutiner og orden
Konsentrasjon	Mister tråden Klarer bare å gjøre en ting om gangen	Reduser forstyrrelser, sett deg mål, lag struktur, korte økter
Emosjonelle vansker	Lett for å bli sint/glad/lei seg Ler/gråter på «feil» tid Vansker med å tolke andres kroppsspråk	Vær åpen om vanskene Spør om du har oppfattet riktig
Fatigue	Trøttere enn man forventer, annen type trøtthet/slitenhet enn før	Prioritere, planlegge og ta pauser

Generelt oppfordrer vi til at man er åpen om vanskene sine, spesielt når de er «usynlige»

Andre vanlige vansker

- Apraksi
 - vansker med å gjøre kjente aktiviteter og/eller bruke redskaper
- Neglekt
 - dårlig oppfattelse av det som foregår på den ene siden.
- Synsfeltutfall
 - manglende syn i deler av synsfeltet



Takk for meg

-og velkommen til
oss om du trenger
det!

