

Livet etter hjerneslag

Vera Solianik
Nevropsykolog / stipendiat
24.09.24



Hjerneslag

Nasjonal faglig retningslinje

Først publisert: 30. november 2017
Siste faglige endring: 27. april 2020



Obs: 350 sider

Slagstatistikk

- ▶ Ca 1/3 forventes å gjenvinne full eller tilnærmet full funksjon innen ett år etter hjerneslaget
- ▶ Ca 1/3 av slagrammede vil få funksjonsutfall
 - ▶ Dvs en varig endring i hvordan de fungerer i hverdagen sammenlignet med tiden før hjerneslaget
 - ▶ En endring som må tilpasses i tiden fremover

Typiske funksjonsutfall

- ▶ Halvsidige lammelser
- ▶ Følelsestop
- ▶ Svelgevansker
- ▶ Synsfeltutfall
- ▶ Svekket balanse
- ▶ Blære- og tarmforstyrrelser
- ▶ Språk- og talevansker
- ▶ Neglekt - uoppmerksomhet til en side
- ▶ Smerter
- ▶ Psykiske plager
- ▶ Reduserte mentale funksjoner
 - ▶ Kognitive vansker?

Rehabilitering

«Å gjeninnsette i verdighet»

→ «Tidsavgrensede, planlagte prosesser med klare mål og virkemidler (...)»

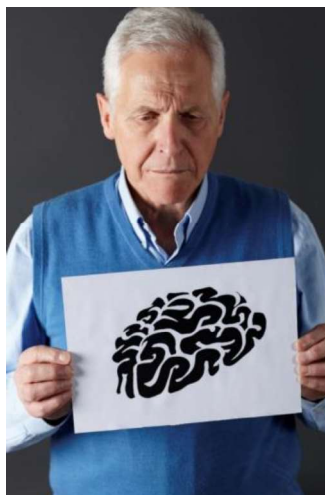
→ «(...) flere aktører samarbeider om å gi nødvendig bistand til pasientens egen innsats (...)»

→ «(...) for oppnå best mulig funksjons- og mestringsevne, selvstendighet og deltakelse sosialt og i samfunnet.»

*«Både
forbedre
funksjonen
og
forhindre
tap av
ytterligere
funksjoner»*

Faser etter hjerneslag

- ▶ **Første fasen**
 - ▶ **3 mnd**
 - ▶ **Ofte på sykehus**
- ▶ Andre fasen
 - ▶ Ca 6 mnd
 - ▶ Sykehjem/spesialisert rehabilitering
- ▶ Tredje fasen
 - ▶ De første par år
 - ▶ Hjemme/sykehjem
- ▶ Fjerde fasen
 - ▶ Resten av livet



Første fasen: opptil 3 mnd

- ▶ Innleggelse og utskriving
 - ▶ Utskrivingsamtale
 - ▶ Videreformidling av informasjon til relevante samarbeidspartnere
 - ▶ Feks. kommunen
- ▶ Generelle samhandlingsavtaler mellom sykehus og kommunene
- ▶ Tilbud om kontakt med kommunens rehabiliteringstjeneste
- ▶ Ofte sykemelding ilt denne perioden
- ▶ Kjøreforbud
- ▶ «Det anbefales som hovedregel poliklinisk kontroll i spesialisthelsetjenesten 1-3 mnd etter slaget, alternativt i samarbeid mellom fastlege og spesialisthelsetjenesten»

Første fasen: opptil 3 mnd

- ▶ «Det anbefales at pasienter med mild til moderat funksjonssvikt utskrives tidlig direkte til hjemmet»
 - ▶ Forutsetter oppfølging av ambulerende team
 - ▶ Rehabilitering hjemme, evt kombinert med tilbud ved dagavdeling
 - ▶ Varighet som regel minst en måned, ofte frem til poliklinisk kontroll ved sykehuset
- ▶ Teori vs praksis
 - ▶ kun 20% har tilbud om dette, bl.a. fordi tilgjengelig evidens er basert på studier i byer og bynære strøk

Første fasen: opptil 3 mnd

- ▶ Spesialisert døgnbasert rehabilitering
 - ▶ Ved behov kan gis i forlengelse av akutttoppholdet
 - ▶ Eller senere i rehabiliteringsforløpet
 - ▶ Kan bistå ved behov om utredning, f.eks. mtp førerkort
- ▶ Høyspesialisert rehabilitering ved sjeldne og spesielt kompliserte funksjonsutfall
 - ▶ Som ved locked-in syndrom

HELSE MØRE OG ROMSDAL LOGG INN
HelsaMi

Framsida > Avdelingar og stader > Stabsavdelingar > Samhandlingsavdelinga > Koordinerende eining

Koordinerende eining

Koordinerende eining har oversikt over rehabiliterings- og habiliteringstenestene i helseregionen, og vi skal bidra til å sikre eit hellskapleg tilbod til pasientar med behov for sosial, psykososial eller medisinsk habilitering og rehabilitering.

[Les om tenestene våre](#) →

Kontakt

Telefon
48281603

E-post
eirin.m.furseth.liadal@helse-mr.no

Opplæringstilbud mht språk- og kommunikasjonsvansker

Hvordan søke voksenopplæring?

- Søknad om opplæring på eget skjema.
- PPT foretar en sakkyndig vurdering – stadfester rett til opplæring.
- Rektor fatter vedtak.
- Opplæringa settes i gang.

Kartlegging/utprøving på inntil 10 timer kan i enkelte tilfeller settes igang uten sakkyndig vurdering. Ta kontakt med skolen.

Molde voksenopplæringscenter
Steinar Brun Mjelve
Romsdalsgata 15
71 11 27 50

Molde voksenopplæringscenter

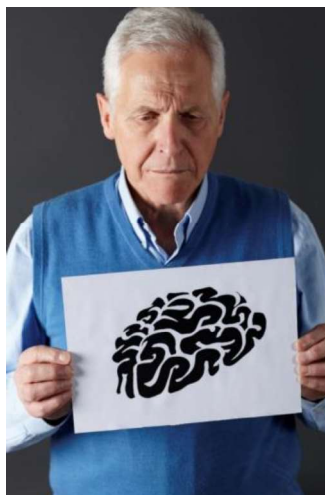
Søknad om voksenopplæring på grunnskolens område.
7. Opplæringsloven § 1-1 og § 1-2

Søknadsskjema 2020/2021

Skoleåret 2020/2021
Molde voksenopplæringscenter
Steinar Brun Mjelve
Romsdalsgata 15
71 11 27 50

Faser etter hjerneslag

- ▶ Første fasen
 - ▶ 3 mnd
 - ▶ Ofte på sykehus
- ▶ **Andre fasen**
 - ▶ **Ca 6 mnd**
 - ▶ **Sykehjem/spesialisert rehabilitering**
- ▶ Tredje fasen
 - ▶ De første par år
 - ▶ Hjemme/sykehjem
- ▶ Fjerde fasen
 - ▶ Resten av livet



Andre fasen: ca 6 mnd

«Den vesentlige bedringen i funksjonsnivået finner sted i løpet av de første 6 månedene»

- ▶ Begynne å ta i bruk rehabiliteringsopplæring i hverdagen
 - ▶ Hjelpemidler
 - ▶ Opptrening
 - ▶ Evt tilrettelegging på arbeidsplassen
- ▶ Nye behov dukker opp
- ▶ NAV Hjelpemiddelsentral gir tilbud til personer med vansker innenfor områdene syn, hørsel, bevegelse, kognisjon, kommunikasjon, mm

NAV Hjelpemiddelsentral Møre og Romsdal - kontorinformasjon

Besøksadresse
Langrabben 4, 6013 ÅLESUND

Telefon
40 70 28 15
Telefonen er åpen på hverdager mellom klokka 09:00 og 14:30

Innsending av skjemaer
Skal du sende søknader og skjemaer, må du bruke [NAVs skjemaveileder](#).
Skjemaveilederen gir deg hjelp til å velge rett skjema og rett adresse det skal sendes til.

Postadresse
Langrabben 4, 6013 ÅLESUND

Kontornummer
4715

Publikumsmottak

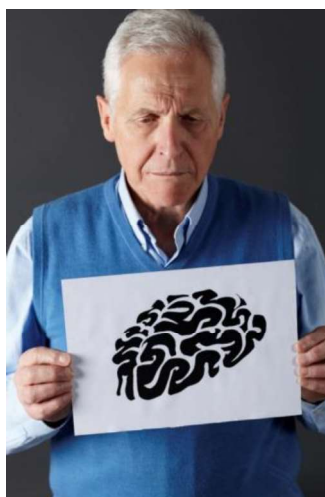
ÅLESUND
Langrabben 4, 6013 ÅLESUND

Åpningstider

Mandag	09:00 - 14:30
Tirsdag	09:00 - 14:30
Onsdag	09:00 - 14:30
Torsdag	09:00 - 14:30
Fredag	09:00 - 14:30

Faser etter hjerneslag

- ▶ Første fasen
 - ▶ 3 mnd
 - ▶ Ofte på sykehus
- ▶ Andre fasen
 - ▶ Ca 6 mnd
 - ▶ Sykehjem/spesialisert rehabilitering
- ▶ **Tredje fasen**
 - ▶ **De første par år**
 - ▶ **Hjemme/sykehjem**
- ▶ Fjerde fasen
 - ▶ Resten av livet



Tredje fasen: de første par år

- ▶ Kan være behov for fornyet tverrfaglig funksjonsvurdering dersom det oppstår nye utfordringer eller symptombildet endres
 - ▶ F.eks. ved oppdagelse av kognitive vansker
- ▶ En kognitiv utredning anbefales gjennomført ila tidligere faser, men det kan være likeså hensiktsmessig senere



Kognitive vansker

Kognitive vansker

Generelle

- ▶ Oppmerksomhet
- ▶ Konsentrasjon
- ▶ Hukommelse
- ▶ Tempo

▶ *Hjernens generelle funksjon er påvirket*

Individuelle

- ▶ Avhengig av
 - ▶ eksisterende sårbarhet
 - ▶ Skadens lokalisasjon
 - ▶ Skadeomfanget

▶ *Hjerneslag påvirker spesifikke kognitive funksjoner*

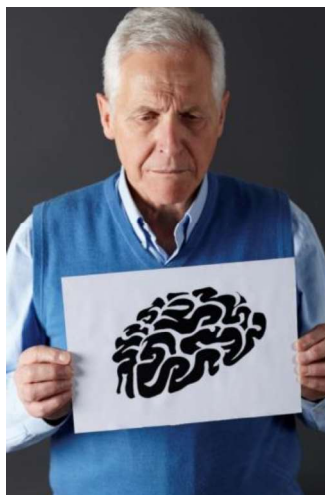
Tredje fasen: de første par år

Psykiske reaksjoner: Sorg

- ▶ Avstanden mellom idealisert fortid og usikker fremtid kan føre med seg sorg over det tapte.
- ▶ Sorg vises på ulike måter mtp tid, person, og følelser
 - ▶ En kan være i sorg og samtidig være sint og irritabel
 - ▶ En kan benekte («Det kan umulig være så ille, jeg kommer tilbake på jobb om noen uker»)
 - ▶ Fortvile («hele livet er over»)
 - ▶ Forhandle («hvis jeg trener veldig hardt nå, kommer jeg til å bli like bra igjen»)
- ▶ Ulike reaksjoner hos slagrammede og pårørende

Faser etter hjerneslag

- ▶ Første fasen
 - ▶ 3 mnd
 - ▶ Ofte på sykehus
- ▶ Andre fasen
 - ▶ Ca 6 mnd
 - ▶ Sykehjem/spesialisert rehabilitering
- ▶ Tredje fasen
 - ▶ De første par år
 - ▶ Hjemme/sykehjem
- ▶ **Fjerde fasen**
 - ▶ **Resten av livet**



Nyttige lenker:

Slagpappa

Papparollen etter hjerneslag



Podkast om fatigue (utmattelse): Fatigue er noe som fortsatt ikke er så godt kjent og kan ramme mange med kronisk sykdom. Hva er fatigue og hvem kan få fatigue? I denne episoden forteller to brukere om sine erfaringer med å leve med fatigue.



Pårørende

Alle roller på en gang

- ▶ Ektefelle/forelder/barn
- ▶ Koordinator
- ▶ Omsorgsperson
- ▶ Informasjonskilde
- ▶ mm

*«Å være pårørende er
mer
enn én fulltidsjobb»*



Hva med meg?

- ▶ I akutfasen blir pårørende sterkt involvert
- ▶ Mye ansvar for oppfølging kan falle på dem
 - ▶ Og de tar den ofte på seg mer enn gjerne
- ▶ Ansvar en hadde fra før forsvinner ikke
 - ▶ Barn, andre familiemedlemmer, jobb
- ▶ Egne behov blir glemt i en periode
 - ▶ Hvor lenge kan en slik periode vare?

Omsorg for omsorgsgiver

- ▶ Alle trenger støtte, også de som støtter andre
 - ▶ Spesielt de
- ▶ Nettverk er viktig
 - ▶ Venner, familie
 - ▶ Kommunale tjenester som kan tilby støtte
- ▶ Forståelse og erfaringer fra andre i samme situasjon
 - ▶ <https://www.lhl.no/lhl-hjerneslag/livet-etter/parorende-etter-hjerneslag/>
 - ▶ <https://www.parorendesenteret.no/>
 - ▶ <https://www.lhl.no/lhl-hjerneslag/vi-kan-hjelpe-deg/likeperson/>

Takk for meg!

