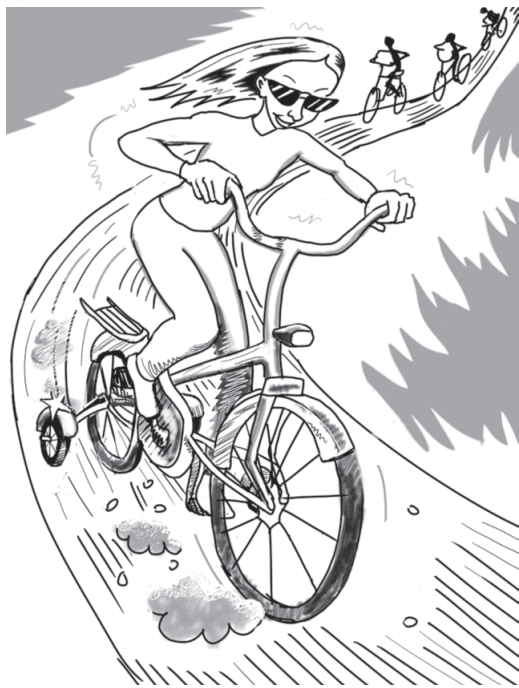


Hjälpmedel – ett omfattande begrepp



Hjälpmedel innefattar alltifrån ”goda råd” till metoder, scheman och larm. Innan de erbjuds, oavsett vilket hjälpmedel det är, bör man fundera på hur personen kommer att ta emot hjälpen och hur den bör introduceras. Kommer personen överhuvudtaget att klara av att använda hjälpmedlet när det behövs? En del hjälpmedel kan visa sig vara för komplicerade och är i sig en stressfaktor. Enkla lösningar tenderar i regel att fungera bäst i längden.

En del behöver stöd av en annan person för att kunna använda en insats. Man får visa och berätta och be personen att göra efter för att se att hon/han har förstått och klarar av det, och korrigera i efterhand vid behov. Repetition kan behövas. Listor och bildsekvenser av hur momenten ska utföras (som företrädesvis placeras i en pärm) underlättar för minnet och vid automatiseringssvårigheter.

Tänk över hur lång tid personen behöver öva för att klara av ett visst moment. Hur länge man håller på att öva beror på hur viktigt det är för personen att klara av momentet själv: hur länge hon/han tränat utan att göra framsteg och framförallt hur personen själv känner inför uppgiften. Det kan vara bättre att låta personen slippa en uppgift och ta hjälp av personal i stället. Alternativt kan man pröva andra, förhoppningsvis bättre hjälpmedel för att nå målet. Men att utsätta någon för träning av en uppgift som personen saknar förutsättningar för att klara av eller som hon/han själv tycker är extremt tråkig, stressande eller svår, är på sikt en form av misshandel.

Vissa personer har ett bra nätverk i form av vänner, familj, engagerad socialsekreterare eller personal från habiliteringen eller psykiatri som kan bistå – resurser som kan göra en stor skillnad. Nätverksmöten är ovärderliga för att sätta upp mål och delmål, komma överens om gemensamma hjälpinsatser, följa upp och resonera om framtida behov.

Vem tillhandahåller och vem bestämmer vad som räknas som hjälpmedel?

Landsting och kommun har skyldighet att tillhandahålla hjälpmedel till personer med funktionsnedsättningar enligt Hälso- och sjukvårdslagen (HSL). De har beslutsrätt över vad som ska betraktas som hjälpmedel och därmed kan förskrivas av t.ex. en arbetsterapeut. De beslutar även om eventuella avgifter för hjälpmedel.

- För personer med autismspektrumtillstånd kan kognitiva hjälpmedel vara en förutsättning för en fungerande vardag. En del kan förskrivas av Habiliteringens arbetsterapeut medan andra kan inhandlas i butiker för kontorsmaterial eller på Clas Ohlsson.

- Veckoplanering, att veta vilka aktiviteter som ska ske och när, underlättar vardagen. Alltifrån enkla veckoscheman till handdatorer eller mobiltelefoner med kalenderfunktion kan fungera.
- Om personen inte klarar av att duscha, eller blir störd av ljud från grannar p.g.a. anorlunda perception, kan exempelvis badkar eller ljudisolering sökas som en bostadsanpassning. Handikappersättning för merkostnader ansöker man om hos försäkringskassan.

Telefonhjälp

Om man har svårt att tala i telefon kan man få hjälp av Tele-tal. Tele-tal är en tolktjänst och tolken (som kan vara en kvinna eller en man) hjälper till under telefonsamtalet. Man ringer med en vanlig telefon och pratar med hjälp av tolken. Tolken kan också hjälpa till att skriva upp viktiga saker som sägs under samtalet och skickar sedan ens anteckningar med post, fax eller e-post.

Om man har svårt att komma ihåg vad man vill säga under ett telefonsamtal kan man be tolken att hjälpa till. Hon/han kan påminna om vad man vill säga, hjälpa en att vara tydlig och också förbereda telefonsamtalet tillsammans med personen själv. Om man vill att tolken ska komma ihåg vem man är och vilken typ av hjälp man behöver så kan man registrera sig i Tele-tals databas, men detta är helt frivilligt. Tele-tal är gratis och alla har rätt att använda tjänsten. Numret till Tele-tal är 020–221144. På vardagar har Tele-tal öppet mellan 8.00 och 20.00 och på helgerna mellan 12.00 och 16.00. Om många ringer får man vänta i deras telefonkö.

Genom NIX-Telefon kan privatpersoner spärra sitt fasta telefonnummer mot samtal från försäljare, marknadsföring och insamlingar. Den som vill spärra sitt fasta telefonnummer ringer 020-27 70 00.

Läs mer på: <http://www.nix.nu/>

Länktips

Svensk, A: Design av kognitiv assistans. Licentiatuppsats, Certec, LTH 1:2001.

www.certec.lth.se/dok/designavkognitiv

Svensk, A: Vad är det som sitter i väggarna? Skrift.

www.certec.lth.se/personal/arne.svensk

www.trollreda.vgregion.se ,www.hi.se, www.humanteknik.se www.comai.se

Litteraturtips

Vägar till hjälpmedel och samhällsstöd för personer med funktionshinder.

Hjälpmedelsinstitutet.

Din kartläggning av svårigheter med att använda telefon/SMS

Kan hon/han ringa upp olika myndighetspersoner?
Kan hon/han tacka nej till erbjudanden från telefonförsäljare?
Har hon/han svårt att avgöra hur ofta man bör ringa någon?
Har hon/han svårt att avgöra vilka tidpunkter det är lämpligt att ringa någon på?
Har hon/han svårt att skicka sms – i så fall, varför?
Har hon/han ångest inför att tala i telefon?

☐

☐

☐

☐

☐

Vilken struktur, hjälpmedel, strategi eller stödinsats kan kompensera för svårigheterna?

☐

☐

☐

☐

☐

Hur ska kompensrande struktur, hjälpmedel, strategi eller stödinsats presenteras och introduceras?

☐

☐

☐

☐

☐

Vem ansvarar Datum för utvärdering.....

Din kartläggning av svårigheter med myndighetskontakter

Har hon/han svårt att veta hur man ska fylla i blanketter?
Har hon/han svårt att veta vad man bör ta upp i mötet med handläggaren?
Har hon/han svårt att hinna uppfatta all information som ges vid möten?
Har hon/han ångest inför att möta myndighetspersoner?
Övrigt?

☐

☐

☐

☐

☐

Vilken struktur, hjälpmedel, strategi eller stödinsats kan kompensera för svårigheterna?

☐

☐

☐

☐

☐

Hur ska kompenserande struktur, hjälpmedel, strategi eller stödinsats presenteras och introduceras?

☐

☐

☐

☐

☐

Vem ansvarar Datum för utvärdering.....

Din kartläggning av svårigheter vid läkar- och tandläkarbesök

Har hon/han svårt att vänta i väntrummet?
Har hon/han svårt att anmäla sig i receptionen själv?
Har hon/han svårt att hantera kroppskontakt (annorlunda taktil perception)?
Har hon/han en annorlunda upplevelse av smärta?
Är hon/han rädd för tandläkaren?
Brukar hon/han reagera annorlunda på mediciner?
Har hon/han svårt att verbalt förmedla viktig information om sig själv?
Övrigt?

☐

☐

☐

☐

☐

Vilken struktur, hjälpmedel, strategi eller stödinsats kan kompensera för svårigheterna?

☐

☐

☐

☐

☐

Hur ska kompenserande struktur, hjälpmedel, strategi eller stödinsats presenteras och introduceras?

☐

☐

☐

☐

☐

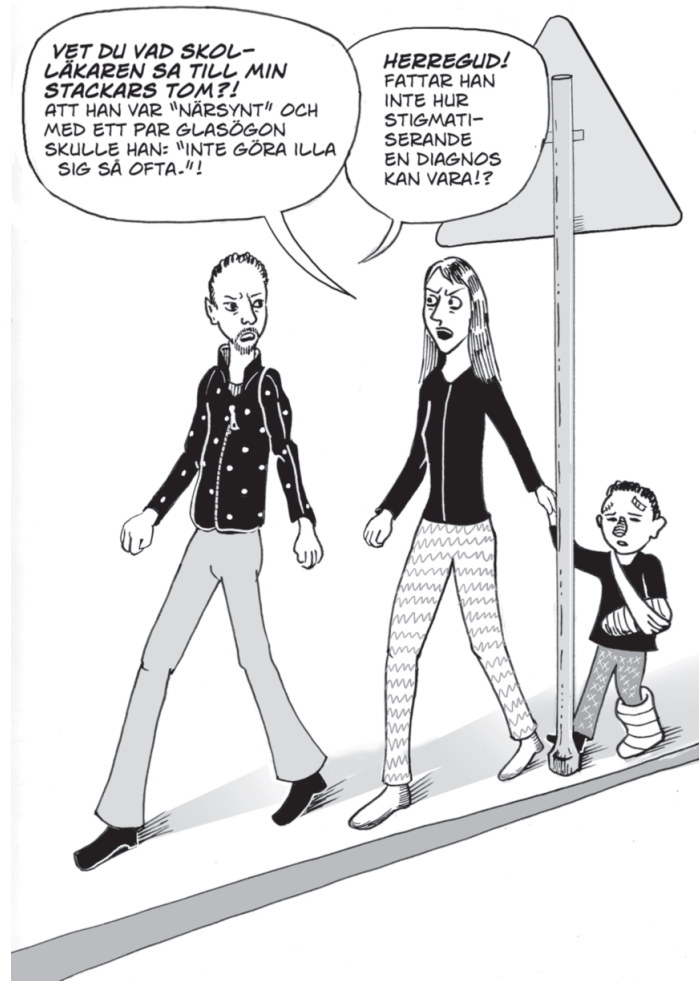
Vem ansvarar Datum för utvärdering.....

Perspektiv på diagnosen

Det är inte stigmatiserande att få en diagnos som förklarar vad ens svårigheter beror på. Däremot kan omvärldens syn på diagnosen vara stigmatiserande.

Det var en lättnad att få diagnosen. Det gav en förklaring till varför jag alltid känt mig annorlunda.

Det är både fascinerande och tröstande att träffa människor som liknar en själv – nu vet jag att jag inte är ensam.



Många vuxna med autismspektrumtillstånd beskriver ögonblicket när de fick sin diagnos som "en vändpunkt", en blandad känsla av lättnad och sorg. En lättnad över att få ett ord på och förklaring till sitt annorlundaskap och de svårigheter de upplevt genom livet. Men också en sorg över att få ett papper som visar ens tillkortakommanden "svart på vitt".

Autismspektrumtillstånd är ingen "sjukdom" eller "störning" som ska "botas". En del tycker inte autismspektrumtillstånd ens är en diagnos utan snarare en beskrivning på ett sätt att vara och förhålla sig till omvärlden som är annorlunda, men inte nödvändigtvis

sämre, än den gängse. Diagnosen kan förklara vissa svårigheter som personen har. Personer med autismspektrumtillstånd uppfattar ting på detaljnivå vilket både kan vara bra och dåligt beroende på situationen. Annars kan två personer med autismspektrumtillstånd förstås skilja sig lika mycket som två personer som är "neurotypiska", dvs. människor utan autismspektrumtillstånd. Diagnosen autismspektrumtillstånd kan emellertid vara en förutsättning för att omvärlden ska förstå personen och erbjuda rätt stöd och hjälpmedel utan att bli omhändertagande eller betrakta personen som "föremål" för insatser. Personen med autismspektrumtillstånd måste känna sig respekterad, förstådd och accepterad utifrån sina speciella förutsättningar och diagnosen kan bli ett sätt att bättre förstå sig själv. Att få professionellt stöd för att bättre förstå hur ens eget sätt att tänka och uppleva tillvaron kan skilja sig från andras och bli medveten om hur autismspektrumtillstånd tar sig uttryck i vardagen, så att man kan få adekvat stöd och hitta kompenserande hjälpmedel och strategier är viktigt.

Att möta andra med autismspektrumtillstånd

För många känns upptäckten att man inte är ensam i världen om att vara annorlunda som en befrielse. Att utbyta erfarenheter med andra som upplever och förstår världen på samma sätt som en själv, kan ge nya och positiva insikter. Riksföreningen Autism och Riksförbundet Attention har särskilda träffgrupper och mejlinglistor för personer med autismspektrumtillstånd. Riksföreningen Autism ger också ut en tidning, Empowerment, som görs för och av vuxna med autismspektrumtillstånd. Det finns också en rad internationella hemsidor för personer med autismspektrumtillstånd och om autism.

Litteratur- och länktips

Norrö, G: *Aspergers syndrom – har jag verkligen det? Om att se sina styrkor och svagheter*. Intermedia Books & Marians bokförlag 2006.

Norrö, G & Åström Swing, M: *Att leva med autism/AS – Vad innebär funktionshindret?* Empowerment/Riksföreningen Autism 2004.

Riksföreningen Autism: www.autism.se

Riksförbundet Attention: www.attention-riks.se

<http://www.lookingupautism.org/>

<http://www.autismspeaks.org/>