

HJÄRNMKRAFT

2
2014

Medlemstidning för Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft

www.hjarnkraft.se



**På ett ögonblick
förändrades livet**



Upp till
20%
i helkunds-
rabatt

Spara pengar på dina försäkringar

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft är en del av UNIK Försäkring. Det innebär att du som medlem i förbundet kan teckna trygga och förmånliga försäkringar för bil, boende och olycksfall för dig och dina familjemedlemmar.

Dessutom får du som medlem...

- Generösa rabatter på upp till 20% när du tecknar flera försäkringar
- Personlig service av en person som kan hjälpa dig i alla dina ärenden
- Snabba svar och inga krångliga knappval

Ring oss idag så berättar vi mer!

010-490 09 91
info@unikforsakring.se
www.unikforsakring.se

UNIK[®]
FÖRSÄKRING

i samarbete med



Hjärnskadeförbundet
HJÄRNMKRAFT



Dags att söka anslag från Hjärnskadefonden

Hjärnkraft delar ut 60 000 kronor ur Hjärnskadefonden 2014. Sista ansökningsdag är den 30 september. Ansökan görs på en särskild blankett som finns att ladda ner på Hjärnkrafts hemsida, www.hjarnkraft.se.

Hjärnskadefondens uppgift är:

- I) Att stödja forskning och utveckling av hjärnskaderehabilitering
- II) Att sprida kunskap om förvärvade hjärnskador och dess konsekvenser.

Ett vetenskapligt råd granskar alla ansökningar och rekommenderar vilka som ska beviljas anslag. Det är Hjärnskadeförbundet Hjärnkrafts styrelse som fattar det slutliga beslutet.

Vägledande för ansökan är:

- Att fonden i första hand ska stödja klinisk, patientnära forskning inom hjärnskaderehabilitering
- Att anslaget ska ha en avgörande betydelse för forskningsprojektet och inte utgöra en begränsad del i ett stort projekt
- Att fonden delar ut ett fåtal stipendier med en rimlig summa
- Att utdelningen i första hand ska ske till projekt som studerar skador efter traumatisk hjärnskada hos vuxna eller barn.

Med tanke på det begränsade belopp som finns att dela ut kommer anslag endast att delas ut under kriterium I) Att stödja forskning och utveckling av hjärnskaderehabilitering.



Ur innehållet



04 Ledaren

Hjärnkrafts ordförande har ordet.

06 Debatt

Tandlöst lagförslag mot diskriminering undantar 90 procent av företagen.

08 Porträtt

Anna Hagström råkade ut för en trafikolycka i England.



12 Assistansersättning

Assistansersättningsutredningen är nu klar. Hjärnkraft är bekymrad över att befintlig lagstiftning urholkas.



14 Elevhälsa

Varenda unge ska klara skolan.

16 Utbildningsdag

...om förvärvad hjärnskada i Sundsvall och medborgardialog med politiker på kvällen.

18 Landet runt

26 Novell

En bilolycka och dess följd.

28 Boktips



29 Krysset

Ansvarig utgivare

Meta Wiborgh

Redaktör

Kerstin Orsén

Redaktionskommitté

Meta Wiborgh
Marie-Jeanette Bergvall
Pia Delin Stadig
Wellamo Ericson

Grafisk form & layout

Kerstin Orsén

Omslagsbild

Jan och Linda Hagström.
Foto:
Kerstin Orsén.

Adress

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft
Nybohovsgränd 12, 1 tr
117 63 Stockholm

Telefon: 08-447 45 30

E-post: info@hjärnkraft.se

Hemsida: www.hjärnkraft.se

Tidningen utkommer

med 4 nummer per år.

Prenumerationspris

220 kronor per år.

Medlemsavgift:

Enskild 200 kronor/år.

Familj (på samma adress)

280 kronor/år.

Postgiro: 10 59-5

Hjärnskadefonden,

SFI-kontrollerat 90-konto

för insamling:

PG 90 05 07-5



Tryck

GL-Tryck, Kristianstad 2014.

ISSN 1651-5714

Kopiera gärna artiklar och citera ur tidningen
men ange alltid källa.



Meta Wiborgh

Ordföranden har ordet

Kära vänner!

Även i sommar blir det ett sommarläger för barnfamiljer. Det är härligt att vi nu kan konstatera att barnläger blivit en vana, och om det fortsätter att komma in så många ansökningar som i år vill vi kommande år försöka ordna med två läger för att alla ska kunna vara med.

Hjärnkraft håller också på att planera för höstens förbundsstämma i Solna. Det ska bli spännande att se vad delegaterna tycker om de inkomna motionerna och styrelsens förslag till svar, liksom styrelsens inlämnade propositioner (se artikel här intill).

I april redovisade FN:s övervakningskommitté för konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning sina rekommendationer om vad Sverige bör göra för att bättre uppfylla konventionen.

FN kritiserar bland annat de föreslagna undantagen i regeringens lagförslag om bristande tillgänglighet. Dessa undantag har Handikappförbunden och övriga funktionshinderrörelsen försökt stoppa sedan förslaget kom.

Regeringen vill undanta företag med färre än tio anställda inom varu- och tjänstehandeln samt företag inom hälso- och sjukvården. Det innebär att över 90 procent av företagen kommer att undantas från diskrimineringsförbudet. Därmed kan människor med funktionsnedsättning även fortsättningsvis bli diskriminerade.

Detta är dyster läsning, och det är viktigt och bra att det uppmärksammas. Det är så viktigt att vi lyfter fram detta och visar att de undantag som regeringen tydligen tycker är rimliga leder till att en mycket stor del av arbetsplatserna i vårt land kommer förbli stängda för personer med funktionshinder.

För att kunna verka på ett starkt sätt behöver vi inom funktionshinderrörelsen arbeta tillsammans. Hjärnkrafts styrelse kommer fortsätta att verka för ett nära samarbete med framförallt förbunden inom Hjärnfyrn (RTP, Stroke och Afasi-förbundet).

*Med dessa ord vill jag önska er alla
en riktigt fin sommar*

Ett liv som räddas skall också levas!

Meta Wiborgh
Förbundsordförande



Hur många får stänga
dörren? Foto:
dreamstime.com

Vad händer på förbundsstämman?

Hjärnkraft genomför sin förbundsstämma den 4 – 5 oktober i Stockholm. Till stämman har det kommit in fyra motioner.



Förbundsstyrelsen yttrar sig över alla motioner och ger förslag till beslut. Därutöver lägger förbundsstyrelsen också ett antal förslag, de kallas propositioner. Alla beslut fattas av ombuden som har utsetts av länsföreningarna.

Motion 1 höjning av medlemsavgift

Länsföreningen i Stockholm föreslår att medlemsavgiften för enskilda höjs från nuvarande 200 till 250 kronor och avgiften för familj, boende på samma adress, från nuvarande 280 kronor till 300 kronor. Förbundsstyrelsen har i sitt yttrande avslagit höjningen av avgiften för enskild medlem, men bifaller förslaget till höjning av familjeavgiften.

Motion 2 medlemskap i NTF

NTF, Nationalföreningen för trafik-säkerhetens främjande, är en fri, självständig och ideburen organisation som arbetar för rätten till en trygg och säker trafik. Ingen ska dödas eller skadas allvarligt i trafiken. Leif Bergstrand, länsföreningen i Blekinge föreslår att Hjärnkraft, liksom Personskadeförbundet RTP, Hjärnfonden, pensionärsorganisationerna går in som medlemmar för att stödja och påverka NTFs verksamhet. Förbundsstyrelsen föreslår i sitt svar att först diskutera med NTF hur vi kan bygga upp samverkan för att på sikt diskutera medlemskap.

Motion 3 arbetsterapeuter i skolan

Från Örebro kommer en motion som föreslår att Hjärnkraft arbetar för att arbetsterapeuter bör anställas i grundskolan för att hjälpa elever med kognitiva svårigheter. Förslaget tar sin utgångspunkt i det regeringsuppdrag som Hjälpmedelsinstitutet drivit där 400 elever i gymnasiet med kognitiva funktionsnedsättningar och deras lärare deltagit och där en av slutsatserna är att arbetsterapeuter ska komplettera elevhälsan.

Förbundsstyrelsen hänvisar i sitt yttrande till att specialpedagoger idag står för kompetensen kring teknikstöd. De har tillgång till Skoldatatek. Dessutom finns Specialpedagogiska skolmyndigheten (SPSM) som stöttar skolorna i det specialpedagogiska arbetet, vilket är kostnadsfritt för skolorna. Bristen på specialpedagoger i hela landet påverkar situationen för elever med kognitiva problem.

Det behövs stöd till skolorna, framför allt ökad kunskap kring både kognitiva funktionsnedsättningar och fungerande teknikstöd. En förutsättning för att teknikstöd ska fungera är att lärarna får tid och möjlighet att lära sig hjälpmedlet, inkludera det i sin undervisning och stötta eleven att använda det.

Förbundsstyrelsen delar motionärens åsikt att arbetsterapeuter kan utgöra en resurs i skolan som komplement till den befintliga elevhälsovården. I projektet har de bidragit med att utifrån sin kompetens kring ADL-bedömningar komplettera och ge stöd till specialpedagogerna. En förutsättning för att eleven ska få ett utökat stöd är att man inte går in i varandras kompetensområden utan samverkar utifrån respektive specialitet.

Förbundsstyrelsen ser att elevhälsan bör utökas med arbetsterapeuter på en övergripande nivå. Det är inte realistiskt, att varje skola ska anställa en arbetsterapeut. Däremot anser förbundsstyrelsen att Hjärnkraft ska verka för att varje skola, såväl grundskola som gymnasium, ska ha tillgång till arbetsterapeut i ett centralt elevhälsoteam/resursteam.

Motion 4 samgående med andra förbund

Per-Erik Nilsson har som enskild medlem skrivit en motion där han föreslår att förbundsstyrelsen arbetar för ett samgående mellan Hjärnkraft, Strokeförbundet och Afasiförbundet.

Förbundsstyrelsen hänvisar i sitt yttrande till att Hjärnkraft har en lång tradition av samarbete med Strokeriksförbundet och Afasiförbundet i den s k ”Hjärntrean”. Under 2013 knöts även Personskadeförbundet RTP till gruppen som nu går under namnet Hjärnfyrn.

Styrelsen anser att förbunden idag har olika storlek, prioriteringar och tradition i arbetet, exempelvis finns redan riktlinjer och kvalitetsregister när det gäller stroke. Styrelsen ser idag inga direkta vinster med ett samgående. Det finns däremot en tydlig ambition hos alla förbunden att fortsätta att utveckla samverkan. Förbundsstyrelsen föreslår därför att Hjärnkraft ska fortsätta verka för ett utvecklat samarbete med alla förbunden inom Hjärnfyrn.

Styrelsens propositioner

Efter en genomgång av styrelsernas storlek i motsvarande organisationer föreslår styrelsen att antalet ledamöter minskas från elva till nio. Samtidigt föreslås att arvudet fördelas så att mötesersättning utgår till samtliga. Nomineringstiden föreslås förlängas till den 31 mars för att ge föreningarna mer tid att föreslå kandidater till förbundsstyrelsen.

Stadgarna för läns- och lokal-föreningar kompletteras med bestämmelser om hur beslut i olika frågor fattas och regler för extra årsmöten.

Likaså revideras reglerna för startbidrag. Flera av de föreningar som nu läggs vilande har pengar som finns öronmärkta hos förbundet. När de startar igen får de tillbaka pengarna och startbidraget tar hänsyn till vilka medel föreningarna redan har.

I övrigt lägger förbundsstyrelsen fram verksamhetsplan och budget för den kommande perioden.

Marie-Jeanette Bergvall
marie-jeanette.bergvall@hjernkraft.se



Foto: Dreamstime

Bristande tillgänglighet - en diskrimineringsgrund med många undantag

Hittills har det funnits åtminstone en moralisk skyldighet att göra verksamheter tillgängliga för personer med funktionsnedsättning. Om regeringens förslag till ny diskrimineringslag genomförs får 92 procent av företagen inom handel, 89 procent inom hotell och restaurang, 90 procent inom transport, 93 procent inom hälso- och sjukvård och 99 procent inom kulturen laglig rätt att INTE tillgänglighetsanpassa sina verksamheter.

Text:
Marie-Jeanette Bergvall
 marie-jeanette.bergvall@
 hjarnkraft.se

Ansvarig minister Erik Ullenhag har fastslagit att det var dags att se åtgärder för tillgänglighet som en rättighet och inte som ett resultat av andra människors välvilja. Att skapa ett samhälle där alla kan delta är en fråga om mänskliga rättigheter.

Han beskriver det nya lagförslaget som en framgång. För vem?

Efter 20 års kamp ställde den samlade funktionshinderrörelsen stora förhoppningar till den lagrådsremiss om bristande tillgänglighet som lades fram den 3 mars. En förhoppning som snart byttes till besvikelse.

Det nya förslaget innehåller nämligen anmärkningsvärda undantag. Alla verksamhetsutövare med färre än tio anställda är undantagna och behöver inte följa det nya diskrimineringsförbudet. Det handlar om 92 procent av företagen inom handel, 89 procent inom hotell och restaurang, 90 procent



Erik Ullenhag, integrationsminister.

Foto: Regeringskansliet.

De här undantas

i regeringens förslag

Hotell & Restaurang

■ Omfattas ■ Omfattas ej



Transport

■ Omfattas ■ Omfattas ej



Handel

■ Omfattas ■ Omfattas ej



Hälso- & sjukvård

■ Omfattas ■ Omfattas ej



Kultur

■ Omfattas ■ Omfattas ej



Alla verksamhetsutövare med färre än tio anställda är undantagna och behöver inte följa det nya diskrimineringsförbudet.

inom transport, 93 procent inom hälso- och sjukvård och 99 procent inom kulturen. Regeringen vill inte öka verksamheternas administrativa börda.

Det finns olika sätt att utestänga. Antingen genom att inte anpassa lokalerna, att inte utforma menyer och prisuppgifter så att personer med funktionsnedsättning kan tillgodogöra sig informationen. Det blir helt OK för ett näringsställe att utestänga personer med funktionsnedsättning om man är färre än tio anställda. Hur skulle det se ut om man utestänger till exempel personer av visst kön, etnisk bakgrund eller sexuell läggning med hänvisning till att man är färre än tio anställda.

Nästa underlighet är att hänsyn ska tas till "varaktigheten och omfattningen av förhållandet eller kontakten mellan den verksamhetsutövande och den enskilde" för att utestängning på grund av otillgänglighet ska anses vara diskriminerande. Vad betyder detta? Vad är det som avgör hur varaktig relationen är mellan den verksamhetsutövande och den enskilde? Vilka kriterier är det som ska gälla? Det som framgår är att en relation inte ska anses vara långvarig enbart på grund av att samma vara eller tjänst tas i anspråk upprepade gånger.

Bortsett från tolkningsproblemen – hur

ska man kunna skapa en varaktig relation med en verksamhet som inte är tillgänglig?

Regeringen säger att man med detta förslag vill stärka de mänskliga rättigheterna för en stor skara människor med funktionsnedsättningar – hur blir detta möjligt med propositionens alla undantag och villkor?

Sverige har ratificerat Konventionen om mänskliga rättigheter för personer med funktionsnedsättning. FN har i sin granskningsrapport riktat kritik mot Sverige för hur vi lever upp till konventionen. Bland annat när det gäller det nya förslaget till diskrimineringslagstiftning.

Detta förslag känns kränkande. Återigen visar man att personer med funktionsnedsättning är en grupp som man kan hålla lugn med vackra ord. När det kommer till praktisk verklighet – eller snarare lagstiftning, är det framför allt näringsidkarnas villkor som räknas. Hur har man annars kommit fram till undantaget färre än tio anställda. Detta är inte en jämställdhetsplan eller arbetsmiljöplan. Vi pratar om rättigheter för personer med funktionsnedsättning att få delta i samhällslivet som andra medborgare.

Precis som Handikappförbunden hoppas Hjärnkraft att Riksdagen lyssnar på FN:s kritik och återvisar förslaget till regeringen med uppmaningen Gör om – Gör Rätt!

“Gör om
- Gör
RÄTT!”



Foto: Dreamstime

På ett ögonblick förändrades livet

Hela familjen Hagströms liv förändrades i grunden när Anna fick en allvarlig hjärnskada vid en trafikolycka i England. Här berättar Janne och Linda Hagström om det som har hänt. Hjärnkraft hoppas kunna följa Anna även framöver då hon kan komma att få en case manager genom den engelska trafikförsäkringen.

Anna vänder sig nästan hela tiden mot pappa Janne när hon hör hans röst.



De var på väg upp från stranden där de dröjt sig kvar efter den första soliga dagen på flera veckor. Klasskompisarna var i England för att fullfölja praktiken på sin konditorutbildning. Anna uppfattade att taxibilen hade stannat för att släppa förbi Anna och hennes kompisar och gick därför över gatan på övergångsstället i Brighton. Klockan var runt elva på kvällen. Anna hann inte se att en bil snabbt närmade sig i den andra filen.

Klockan hann bli 2 på natten när telefonen ringer hemma i Sverige hos Annas mamma. En polis berättar att det har hänt en allvarlig olycka och att föräldrarna måste komma dit.

– Jag reagerar inte alls rationellt när jag får samtalet lite senare. Jag förstår att det är allvarligt men hur allvarligt det är kan jag inte lista ut, berättar Janne Hagström.

Klockan sju på morgonen sitter de på första möjliga flyg till London, ett plan som just lyft från Arlanda på väg till Gatwick. Flygplatsen visar sig ligga endast 20 minuter från sjukhuset där Anna ligger på intensivvården. Föräldrarna är framme på sjukhuset vid halv tio-tiden.

De får träffa den neurokirurg som under natten opererat dottern och lyft bort en stor del av skallbenet på högersidan och tagit bort blodansamlingar.

– Den information vi får är att skadorna är mycket, mycket omfattande. Kirurgen och två sjuksköterskor sitter ner och pratar med oss och stöttar oss. Vi får svar på i stort sett alla frågor som vi har, allt som de då kan svara på.

Förutom huvudskadan har Anna fem frakturer, en lunga har kollapsat och flera inre organ är skadade. Hjärnan har skadats två gånger, dels vid själva kollisionen mot bilens takstolpe och dels när hon landade på asfalten.

Självklart är situationen helt kaotisk för föräldrarna som pendlar mellan sorg, chock och hopp. De upplever dock att de får stöd

>>> Janne och Linda Hagström.
Familjen har delat upp olika
ansvarsområden mellan sig.



*Vi kollade hem-
försäkring,
kortförsäkring,
skolförsäkringar”.*

av sjukhuspersonalen. När de senare googlar hjärnkirurgernas namn får de träff direkt och de verkar båda vara mycket kompetenta och välkända inom sitt område.

Redan samma dag frågade en koordinator hur de ville göra med Anna.

– Oavsett om Anna överlever eller inte ville vi att hon skulle hem till Sverige. Vi förstod att det var en annan vinkling på frågan om organdonation och tog inte illa upp av att den ställdes då. Däremot några veckor senare, då Anna flyttats till en annan avdelning, frågade en läkare hur vi skulle göra om det tillstötte en infektion. Underförstått gällde det hur vi ställde oss till organdonation. Jag upprepade vårt ställningstagande att ta hem Anna och blev irriterad eftersom det stred mot deras egna etiska regler som satt uppsatta i korridoren. Då hade Anna mot alla odds överlevt. En annan läkare hade gett oss en hint om att Anna klarat den värsta krisen.

Några dagar senare var föräldrarna precis framme vid Annas dörr för att börja ordna med Annas boende och samla ihop hennes saker. ”Vi försökte vara lite rationella mitt i all stress och sorg”, berättar Janne Hagström. Då ringer mobilen och läkaren säger att det är bäst att de kommer in med en gång. Tillbaka på sjukhuset träffar de den andra kirurgen som opererat Anna på olycksnatten. Kirurgen berättade att blodansamlingen växte i storlek på den andra sidan av hjärnan. De måste ha ett medgivande för att gå in och operera.

– Vi gav det och ville att de skulle göra operationen omgående.

Efter operationen får Anna ett enkelrum.

– Skälet till det är att vi finns där och är från Sverige – de inser att vi har en ännu mer komplicerad situation än de andra patienterna och deras närstående. De hjälper oss också att ordna ett hotell den första tiden.

Totalt blev det sex veckor i England och efter en tid fick de via en bekant till Annas hyresvärdinna möjlighet att bo i ett familjepensionat. Den mesta tiden vistades de på sjukhuset. Eva, Annas mamma tillbringade i stort sett all sin vakna tid på sjukhuset.

– Just i och med att Anna hade ett enkelrum störde vi inte de andra. Det hade också den fördelen att när de frågade vad Anna brukade tycka om och vi svarade musik, då fick vi in en radio. Senare hittade jag en spelista så vi kunde spela Annas favoritmusik. Jag tror att det var skönt för Anna att slippa höra sjukhusljuden.

Drygt tre veckor efter olyckan röntgades Anna igen. Det var svårt att flytta henne i sängen och personalen ville öka antalet möjliga positioner för att minska risken för liggsår. Då hade hon flyttats från NIVA till en IVA-avdelning.

– Det visade sig att frakturerna hade läkt fullständigt. Det var väldigt snabbt och personalen förklarade att de lagt märke till att vissa personer som kom in med trauma kunde ha upp till 25 procent snabbare läkningsprocess än normalt.

För att undvika trycksår fick Anna sedan en speciell luftmadrass så snart den var ledig.

Så småningom började föräldrarna undersöka dotterns försäkringsskydd för att kunna ta hem Anna till Sverige.

– Vi kollade hemförsäkring, kortförsäkring och skolförsäkringar.

Kostnaden för att ta hem Anna skulle gå på över en halv miljon kronor.

– Vi har inte de pengarna men börjar samla ihop pengar via släkt och vänner och startar en Facebook-grupp.

– Rektorn tar senare kontakt med oss via e-post med uppgift om att skolförsäkring finns. Jag ser i villkoren att den täcker hemresa. Däremot täcks inte till exempel

Text och foto:
Kerstin Orsén
kerstin.orsen@hjärnkraft.se



Musik har alltid varit viktigt för Anna – även nu märks det att hon gillar att lyssna.

“

Det är lite chockerande för oss att det kan finnas sådana här glapp och brister i vårdkedjan när det gäller överlämnande av information”.

rättshjälpskostnader. Jag blir orolig och tar kontakt med ambassaden som inte kunde göra så mycket.

Ambulansflyget med Anna, mamman och medföljande medicinsk personal landade i Sverige den 3 juli och hon blev inlagd på Neurocentrum vid Karolinska sjukhuset. Efter tre dagars karantän, vilket är rutin i Sverige, lades hon in på observationssal och en remiss skrevs till Danderyds sjukhus.

– Nu blir Anna gradvis lite bättre hela tiden, är lite mer vaken. Vi skriver dagbok och noterar allt som händer. Bland annat märker vi att Anna rör på fingrarna, känner på olika material med handen, hon var nyfiken, reagerade på ljud och var mer rörlig, var nära på att ta sig ur sängen. Personalen hämtade ett staket så att Anna inte skulle ramla ur sängen.

Men de framsteg som Anna gör dokumenteras inte på Karolinska sjukhuset, KS.

– KS har inget rehabiliteringsuppdrag så där gick flera veckor till spillo – först i slutet av augusti får hon komma till Danderyd. Man gjorde en datortomografi direkt på KS och ser en vätskeansamling i hjärnan – sådant brukar följas upp. Långt senare visade det sig att Anna fått hydrocefalus, vattenskalle.

– Det är lite chockerande för oss att det kan finnas sådana här glapp och brister i vårdkedjan när det gäller överlämnande av information. Det får betydelse för Anna.

Den ansvariga läkaren på Danderyd höll på att ramla baklänges när hon fick se de engelska journalerna. Allt var handskrivet, kopierat från stora journalböcker som låg på gammaldags pulpeter vid sängkanten på sjukhuset i Brighton.

Den 8 september är det dags för rehabiliteringsplaneringsmöte. Det görs en kartläggning av Annas förmågor och efter det formuleras mål.

– Men det blir inte så många mål. Anna försämras gradvis, sakta men säkert. Vi såg det och tog upp det med överläkaren som svarar att de inte har sett någon försämring.

– Det är vi som gör de flesta observationer när det gäller Anna. Vi är luttrade efter svärmors stroke och vågar inte hoppas för mycket men vi står bredvid.

Utskrivningen skjuts upp på grund av vattenskalleoperationen där de opererar in en shunt som till slut fungerar tillfredsställande. Föräldrarna vill inte att Anna skrivs ut utan att skulltaket har opererats tillbaka men får inte kontakt med överläkaren.

– Sedan sitter vi i utskrivningssamtal med överläkaren och assistenter. Vi har diskuterat skulltaket och assistenterna får information om hjälpmedel som lyft och tippbräda. De arbetar teambaserat på Danderyd, det arbetssättet gillar jag, säger Jan Hagström.

– Sju av tio gick på överläkarens linje att Anna var i ett ickeresponsivt vakenhetssyndrom, det vill säga ett vegetativt tillstånd. Tre personer har avvikande uppfattning.

Anna skrevs ut den 20 december och hade turen att få en funktionshinderanpassad lägenhet direkt. Lägenheten är ljus och fräsch med fin utsikt över en liten park.

Familjen var dock inte nöjd med Annas diagnos och ville ha en second opinion. De lyckas få försäkringsbolaget att finansiera det och efter en tid kommer en professor från Oxford som är praktiserande specialist i rehabiliteringsmedicin och neurolog hem till Anna för att göra tester och en egen bedömning.

– Läkaren kom fram till att Anna väljer att interagera bara med de hon har förtroende för. Överläkaren är ambitiös och hjälper Anna men når inte riktigt fram till henne.

Det varit upprepat trassel med distriktsköterskan. Först sköts utskrivningen upp några dagar för att distriktssköterskan inte hade tid. Sedan kom hen hem till Anna för att ge assistenterna delegering så att de kan sondmata och ge medicin. Medicinen skulle dock läggas in i dosett av leg sjuksköterska och det blir fel två gånger trots att det påtalas av assistenterna.

Linda, Annas syster begär en ny ansvarig distriktssköterska och därefter fungerar det bra till dess att det är dags att göra ett sondbyte.

– Efter problem med att sonden hamnar snett sitter den på plats men snart märker vi att något är fel. Anna blir sämre och sämre och till slut åker vi in till Södersjukhuset. Där görs en flatbäddsröntgen då syns inte att det är något fel på sonden.

Annas mamma Eva ifrågasatte ändå om verkligheten allt var OK med sonden. Assistenterna påpekade att Anna inte hade fått sin epilepsimedicin under hela dagen. En kombination av två mediciner hade provats ut på KS och den ena gavs via sonden. Nu började hon visa tecken på att få ett anfall.

Till slut görs en kontrast-röntgen och sonden opererades därefter bort. De fick fram en ersättningsmedicin men Anna hann få två epilepsianfall. Dessutom förvärrades hon



av att ersättningsmedicinen inte hjälpte mot hennes spasticitet. Komplikationerna efteråt satt i länge. Hon skrevs ut och lades in igen nästa dag den 20 december. Då får hon tillbringa jul och nyår på sjukhuset och skrivs ut igen. När hon kort därefter läggs in igen har hon en allvarlig infektion och början till blodförgiftning. Penicillinbehandlingen gav henne en anafylaktisk chock så läkarna gick tillbaka till antibiotika.

Anna blev betydligt tröttare – det kan bero på medicineringsen. Först från början av februari fram till nu har det varit stabilt. Hon har fått en ny sond med slang som sticker ut, vilket innebär en risk att Anna själv sliter bort den.

– Jag blev så arg inför utskrivningen. Läkarna fattade bara beslut över Annas huvud utan att prata med oss anhöriga som var på plats hela tiden. Det var så kränkande. Är det så att det inte är lika viktigt att samråda för att hon har fått en hjärnskada?

Händelsen med sonden har IVO-anmälts av familjen och även distriktsköterskemottagningen har Lex-Maria anmält sig själva.

Anna tränar regelbundet på Lagunen – ett center för sinnesstimulering där det finns olika upplevelserum för att ge möjlighet till samspel och kommunikation. Hemma har hon en träningscykel för att träna händer, armar och ben.

Hon tränar med en akkaplatta efter förslag från arbetsterapeuten på Lagunen.

– Jag fick förmånen att instruera Anna hur man trycker. Jag visade tre gånger och sa sedan att det är Anna som styr. Det tog en minut sedan klarade hon att trycka.

I april 2013 får de till ett rehabiliterings-

möte då de tröttnat på att det inte händer något.

– Det var inget fokus på rehabilitering men vi har sett att hon kan trycka ihop fingrarna. När arbetsterapeuten från Lagunen berättade det tappade neuroteamet hakan.

– Musik hjälper Anna. Hon vill uppleva nya saker hela tiden, höra nya låtar och göra nya saker. I somras var vi och badade utomhus och vi har varit på anpassade bad men det är svårt att få det att fungera. Anna får vara med om mycket, det vi vet att hon tycker om. Det är viktigt att hon får byta miljö ibland sedan får vi anpassa och lyssna in så att det inte blir för mycket, säger Linda Hagström som också är god man.

Familjen har delat upp ansvar för olika områden mellan sig. Jan har tagit på sig det juridiska ansvaret och försäkringar. Linda som är syster, dessutom personlig assistent har tagit på sig att vara god man. Mamma Eva tar hand om assistansgruppen.

Vilket stöd har ni fått?

– På alla vårdinrättningar blev vi erbjudna kuratorstöd, på Karolinska pratade vi bland annat om vad vi behövde tänka på i nästa steg. Även på Danderyd har kurator erbjudits så det har inte brustit där. Bostadsanskaaffningen fungerade bra. Neuroteamet som sattes samman då Anna skrevs ut med sjukgymnast, arbetsterapeut och logoped kom och utförde preventiva insatser – även om logopeden länge lyste med sin frånvaro. Vi fick ringa och tjata.

Advokaten föreslog att Anna skulle få en case manager. Det skulle innebära att hon får hjälp med att lotsas till rätt sjukvård och rätt rehabiliteringsinsats.

– Läkarna fattade bara beslut över Annas huvud utan att prata med oss anhöriga som var på plats hela tiden. Det var så kränkande, säger Janne Hagström här tillsammans med Linda i den lilla parken utanför Annas bostad.

Fakta: Term

Definition av termen **case manager** inom vården: vård- och stödsamordnare, personligt ombud, patientsamordnare

Källa: Språkrådet.

Assistansersättningsutredningen är klar

Assistansersättningsutredningen lämnade sitt betänkande "Förändrad assistansersättning – en översyn av ersättningssystemet (SOU 2014:9) till regeringen den 21 februari.



Förbundsordförande i
Personskadeförbundet
RTP och 2:vice ordförande
i Handikappförbunden.
Expert i utredningen.

Några av de förändringar som föreslås i utredningen om assistansersättningen är:

- Den nuvarande timschablonen görs om till en grundschablon med i huvudsak samma innehåll som i dag. Grundschablonen ska också täcka kostnader vid ordinarie assistents sjukdom; en kostnad som i dag till stor del bärs av kommunerna.
- En ny tilläggschablon införs för brukare med särskilt stora behov av assistans på nätter och helger. Många av dessa söker i dag förhöjt timbelopp.
- Införandet av ett lagstadgat krav på skriftligt avtal mellan brukare och anordnare och att avtalet ska innehålla ett antal punkter om assistansens kvalitet, ersättningens användning och brukarens inflytande.
- En brukare bör inte anställas som arbetsledare för sin egen assistans och ska därför inte kunna ta emot lön från anordnaren för sådant arbete. Ersättning till en brukare från en anordnare för sådana insatser ska bli återbetalningspliktig och lönen ska inte heller betraktas som ersättning för arbete.
- Beräkningsmetoden för schablonen ändras för att bättre följa löne- och kostnadsutvecklingen.
- Samverkan ökar mellan myndigheter och organisationer för att stärka uppföljning, tillsyn och förebyggande av olika risker förknippade med assistansersättning. Försäkringskassan får i uppdrag att samordna en sådan samverkan.

Assistansersättningen är idag utformad som en schablonersättning per timme (280

kr 2014), lika för alla brukare och anordnare. Ersättningen ska motsvara den genomsnittliga kostnaden per timme för löner och andra kostnader för att utföra personlig assistans. Därtill finns vissa möjligheter för vissa brukare att få förhöjd timersättning.

Utredningens analyser av timschablonen visar att nuvarande beräkningsmodell har resulterat i att schablonen sedan 2009 blivit högre än vad som motiverats av löne- och kostnadsutvecklingen. Schablonen har därför blivit omkring 20 kronor för hög per timme.

Sammanfattning av särskilt yttrande

"När LSS infördes, var det en rättighetsreform som innebar att personer med omfattande funktionsnedsättningar skulle kunna leva ett självständigt liv i likhet med andra medborgare", skriver Pelle Kölhed i sitt yttrande. Assistansersättningens utformning påverkar möjligheten att leva ett självständigt liv och nivån på ersättningen är direkt avgörande.

Han delar utredningens inställning att schablonersättningen bör finnas kvar. Den ger möjlighet till flexibilitet och stärker den enskildes inflytande över assistansen. Det som oroar är vilka konsekvenserna blir av de beräkningar som gjorts i utredningen, som leder fram till slutsatsen att grundschablonen bör vara 20 kronor lägre än vad den är idag. Utredningen avvisar inte en sänkning av schablonen.

"En sänkning till den nivån, oavsett om det sker direkt eller genom att ersättningen inte höjs över tid, kommer att påverka kvaliteten i den personliga assistansen negativt", skriver Pelle Kölhed. Det är i strid mot såväl intentionerna i LSS som utredningens direktiv att säkerställa kvaliteten i assistansen. De som skulle drabbas värst är de som enligt Försäkringskassans beslut har beslut om förhöjd ersättning och därmed de högsta kostnaderna. Den samlande funktionshindersrörelsen är överens om att

Text:

Marie-Jeanette Bergvall
marie-jeanette.bergvall@
hjarnkraft.se



Assistansersättningens utformning påverkar möjligheten att leva ett självständigt liv och nivån på ersättningen är direkt avgörande.

Foto: Dreamstime

“

*Det är sorgligt
att politikerna
hukar
i denna fråga”*

en differentierad schablon i grunden är en god idé, eftersom OB-ersättningen är det som skapat störst obalans i dagens system. Men då kan inte grundnivån sänkas och det krävs att det införs kriterier som gör det möjligt för assistansberättigade som är aktiva och reser och/eller arbetar att också få förhöjt schablonbelopp. Förslaget skulle annars helt kullkasta denna grupps möjligheter att leva som andra.

Närmare 100 000 personer arbetar som personliga assistenter. Att sänka assistansersättningen så drastiskt som utredningens beräkningar visar, skulle försämra möjligheten att rekrytera assistenter och deras möjligheter till vidareutbildning och goda arbetsvillkor.

Utredningens förslag att inkludera sjuklönekostnader i schablonen är en administrativ förenkling för större arbetsgivare, men en högst kostnadsrisk för mindre arbetsgivare och egenanordnare.

Utredningen föreslår att den årliga justeringen av schablonen i framtiden ska föreslås av Försäkringskassan. Det strider mot konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättning, artikel 4:3. Där fastslås tydligt att det att staten ska samråda med funktionshinderorganisationer i beslutsfattande processer som berör dem. I samma konvention, artikel 19, stadgas rätten

att leva självständigt och delta i samhället samt ge möjlighet att leva som andra.

”Sammantaget menar jag att de negativa konsekvenserna av utredningen överväger”, skriver Pelle Kölhed. ”Jag ser vi en överhängande risk att egenanordnare och mindre utförare slås ut med bara stora aktörer kvar. Det ger en utveckling som avviker från intentionen med LSS. Eftersom utredningen inte tydligt avvisar en sänkning av schablonen, är det min uppfattning att förslaget till ny schablonersättning inte bör genomföras”.

Hjärnkrafts uttalande:

– Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft står helt bakom Pelle Kölheds särskilda yttrande och har också tillsammans med övriga förbund inom funktionshinder- och brukarrörelsen tillskrivit departementen och meddelat dessa synpunkter, säger Meta Wiborgh ordförande i Hjärnkraft.

– Vi är bekymrade över att bedömningarna av LSS och speciellt insatsen personlig assistans hela tiden skärps så att livskvaliteten för våra medlemmar försämras. Detta utan att man på något sätt förändrar lagstiftningen och ambitionen med lagstiftningen. Det är sorgligt att politikerna hukar i denna fråga och godtar att befintlig lagstiftning urholkas.



Meta Wiborgh, ordförande i Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft.

Varenda unge ska klara skolan

Foto: Dreamstime



Rubriken är hämtad från Handikappinstitutets konferens den 12 mars i Stockholm. Två förslag som ofta återkom under dagen var att komplettera elevhälsan med arbetsterapeuter och att sätta in stödet till barnet direkt när behoven syns, inte vänta tills det blivit oundvikligt.

*”Det finns ingen risk-
aktie på börsen som är
så lönsam som
att satsa på barn
och unga”*

Vid konferensens presenterades resultaten från två olika projekt. ”Vägar till arbete” som finansierats av arvsfonden och drivits av fem funktionshinderförbund och ”Teknikstöd i skolan”, som är ett regeringsuppdrag och inriktat på kognitiva funktionsnedsättningar.

Nationalekonomen Ingvar Nilsson gav argumenten för tidiga insatser. Han har fört fram samma budskap i 35 år och äntligen börjar åtminstone en del kommuner att lyssna och jobba med sociala insatsfonder. Ingvar har också arbetat med Hjärnkraft och gjort en analys av Gatuvåldets kostnader.

Hans budskap är tydligt och enkelt. Satsa 20 000 – 25 000 på att ge barn ett tekniskt hjälpmedel och lär dem arbeta med det. Gör det tidigt, i låg- och mellanstadiet. Kanske redan på förskolan. Om man på så sätt undviker att en elev måste gå kvar ytterligare ett år för att klara gymnasiet har man sparat uppemot 500 000 kronor. Om man förhindrar att en elev kommer ut i arbetslivet fem år efter sina klasskamrater har samhället sparat 2,3 miljoner. Om man räddat eleven från ett livslångt utanförskap spar man många miljoner per elev. Ingvar räknar med 110 000 elever i varje årskull. Av dem lämnar 13 000 elever varje år skolan för ett livslångt utanförskap. Har vi råd med det?

Man kan räkna på många olika konsekvenser av att ett barn inte får stöd i skolan

utan går ut i vuxenlivet med ofullständiga betyg, knäckt självförtroende och försämrade möjligheter att försörja sig själv. Men som Ingvar säger ”Det finns ingen riskaktie på börsen som är så lönsam som att satsa på barn och unga”. Man får tillbaka minst 10 – 15 gånger pengarna.

Varför händer det då inte?

Ingvar hänvisar till stuprören i samhällsstrukturen. I stuprören finns sedan sugrör och i sugrören hårstrån. Ingen har helhetssynen. Kostnaderna för stödet till barnen hamnar på skolorna och vinsterna i Socialtjänsten om man bara ser till den kommunala nivån. Tidsperspektiven är för korta. Insatserna sätts in först i högstadiet när problemen blivit för stora. Han jämför med Finland, som i mätningar har så goda skolresultat. De sätter in insatserna i låg- och mellanstadiet.

Han tipsade om tre nyckelpersoner i kommunen som måste komma till insikt för att åstadkomma ett förändrat synsätt. Kommunstyrelsens ordförande, kommundirektören och ekonomidirektören.

Arbetsterapeuter i skolan

Ett inslag i skolprojekten har varit att arbetsterapeuter och tekniker deltagit vid sidan av skolans ordinarie personal. Arbetsterapeuterna har pratat direkt med eleverna och utgått från hur de ser på sin situation och vilka

Text:

Marie-Jeanette Bergvall
marie-jeanette.bergvall@
hjärnkraft.se

teknikstöd de tycker att de behöver. Tillsammans med tekniker har man sett till att ta fram och anpassa hjälpmedlet. Detta har gett väldigt goda resultat.

Anledningen till att eleven inte deltar i gymnastiken är kanske att man hela tiden glömmer att ta med gymnastikkläderna fast man egentligen vill ha gympa. Att man misslyckas i ett matteprov beror kanske på att man fastnar på första talet och inte har känsla för att man ska klara tio tal på den timme man har till förfogande. Ett anpassat teknikstöd kan hjälpa till att påminna och att strukturera.

Pia Delin Stadig har suttit med i styrgruppen för projektet "Teknikstöd i skolan" från Hjärnkraft. I nr 4/2013 redovisade hon resultatet. Det finns ytterligare information om projekten på Hjälpmedelsinstitutets hemsida. www.hi.se

Trots att Hjälpmedelsinstitutet upphörde den 30 april ska material på deras hemsida finnas kvar under åtminstone ett par års tid.

Myndigheten för delaktighet

Den 1 maj inrättades Myndigheten för delaktighet. Den består av den tidigare myndigheten Handisam och de delar av Hjälpme-

delsinstitutet som bedöms vara ett statligt åtagande.

Den nya myndigheten har enligt regeringens förordning "till uppgift att främja respekten för och medvetenheten om rättigheter för personer med funktionsnedsättning samt att ur ett rättighets-, mångfalds-, jämställdhets- och medborgarperspektiv verka för full delaktighet i samhällslivet för personer med funktionsnedsättning i alla åldrar och för jämlikhet i levnadsvillkor". Myndigheten ska bidra till att sprida kunskap genom utbildning och informationsinsatser, förmedla erfarenheter och goda exempel, initiera utvecklingsarbete med mera.

“
Insatserna sätts in
först i högstadiet
när problemen
blivit för stora”

Foto: Dreamstime



ANNONS



Tillbaka till framtiden

Nationell konferens om förvärvade hjärnskador hos barn och ungdomar

Det Nationella Nätverket för Barn och Ungdomar med förvärvad hjärnskada* inbjuder till konferens den 13–14 november 2014.

ÅRETS TEMA: Intervention / behandling vid förvärvad hjärnskada hos barn och ungdomar

13 november: Presymposium enbart för specialistcentra

14 november: Konferens öppen för alla intresserade

Konferensen innebär bland annat:

- Chans att ta del av ny kunskap och forskning
- Inspirerande föreläsare
- Tid till att utbyta erfarenheter
- Möjlighet att träffa kollegor

*Det Nationella Nätverket för Barn och Ungdomar med förvärvad hjärnskada representerar de regionala rehabiliteringsteamerna i Sverige och har till uppgift att sprida och fördjupa kunskap om förvärvade hjärnskador hos barn och ungdomar samt att utveckla och förbättra rehabiliteringsmetoder.

ARRANGÖRER



>>> Hans och Lena Stigter berättade hur de försökt få sitt livspussel på plats igen.
Foto: G.

“Tolkningarna kring grundläggande behov har nått smått absurda former”



Utbildning och dialog i Sundsvall om hjärnskador samt dess följder

Hjärnkraft genomförde den 5 maj en utbildningsdag om förvärvad hjärnskada i Sundsvall.

På kvällen hölls sedan ett dialogmöte i samarbete med Landstinget Västernorrland där allmänheten bjudits in för att diskutera hjärnskador tillsammans med landstingsledningen.

Text:

Marie-Jeanette Bergvall
marie-jeanette.bergvall@
hjärnkraft.se

Utbildningsdagen drog ett 70-tal deltagare. Som vanligt var det föreläsarna som beskrev livet med hjärnskada i familjen som gjorde starkast intryck. Hans och Lena Stigter berättade hur



>>> Marie-Jeanette Bergvall berättar om Hjärnkrafts arbete.
Foto: G.

de försökt få sitt livspussel på plats igen sedan Hans opererats för hjärntumör och fått svåra konsekvenser efter detta. I Hjärnkraft nr 3/2013 finns ett reportage om familjen.

Nu beskrev de alla sina kontakter för att få vardagen att hjälpligt fungera mitt i chock, kaos och otrygghet. Det svåraste tycker Lena är att förklara de kognitiva besvär Hans har och vilket stöd han behöver. Lena rekommenderade landsting och kommun att samverka på ett bättre sätt och se till att det finns en samordnare.

Juristen Josefin Mikaelsson, redde ut den rättsliga utvecklingen när det gäller personlig assistans och tolkningarna av vad som utgör grundläggande behov.

Tolkningarna kring grundläggande behov i matsituationen har nu nått smått absurda former.

Behöver man hjälp att föra maten till munnen är det ett grundläggande behov men om man behöver hjälp med allt utom att stoppa maten i munnen är det inte grundläggande behov.

Likasa ändras synen på påklädning. Tidigare var all påklädning grundläggande behov. Nu gäller det bara kläderna närmast kroppen.

Nya domar innebär också att vissa sjuk-



Stadshuset i Sundsvall. Foto: G.

domar till exempel demens och alzheimer nu ingår i personkrets 2.

Neuropsykolog Kristina Hedman och psykolog Johan Telander beskrev hur de arbetar med att bedöma konsekvenserna av förvärvade hjärnskador. De pekar på hur individuella konsekvenserna av en hjärnskada är. En skada på samma ställe kan ge olika effekter för olika personer.

Leg. arbetsterapeut Rita Ehrenfors beskrev hjärnan och vilka konsekvenserna kan vara av en hjärnskada. Med sin långa erfarenhet av hjärnskaderehabilitering betonade hon vikten av att ta till sig och tillämpa ny kunskap.

Sammantaget var det en dag med mycket goda utvärderingar. Genomgående var att man önskade mer tid för samtliga föreläsare. Inte helt lätt att få in på de timmar som står till buds.

Boka in 30/9 eller 24/11!

Under hösten arrangeras två nya utbildningsdagar. Den 30 september i Mora och den 24 november i Linköping.

Samma koncept, föreläsning om att leva med förvärvad hjärnskada, juridisk information om LSS och personlig assistans samt medicinsk information om hjärnan och konsekvenserna av hjärnskador och hur man bäst stöder en person med förvärvad hjärnskada.

Mer information finns på www.hjarnkraft.se.



Landstinget bjuder in

Medborgardialog om vad hjärnskada innebär

Landstingsledningen i Västernorrland bjöd in till medborgardialog som genomfördes i en fantastisk sal, Spegelsalen i Stadshuset, Sundsvall. Landstinget har genomfört flera medborgardialoger i Västernorrland. De har alla varit välbesökta, så även denna kväll, det var ett 60-tal medborgare som mött upp till temat: "Vad innebär en hjärnskada?"

Från landstinget deltog Roger Bork, ordförande i Medborgardialogen, Per Wahlberg, ordförande i landstingsfullmäktige och Lennart Moberg, tjänsteman i landstingsstaben.

Alla föreläsare från utbildningsdagen deltog med förkortade föreläsningar och deltagarna fick tillfälle att ställa frågor och kommentera. Dessutom tillkom Anne Telander, verksamhetsansvarig vid rehabiliteringskliniken på Sundsvalls sjukhus.

Flera gånger återkom både deltagare och landstingsledningen till behovet av att få igång en Hjärnkraftsförening i Västernorrland. Vi behöver samverka med våra olika perspektiv för att få en bra verksamhet. Per Wahlberg lovade också att ta kontakt med Sundsvalls kommun för att bygga upp en samverkan, helt i linje med de önskemål som så många framfört.

Hjärnkraft har fått pengar från Socialstyrelsen för att utveckla anhörigstöd och till hösten kommer vi att anordna två nya möten i Sundsvall kring anhörigfrågor i samarbete med anhörigcentrum och Sundsvalls kommun. Vi kommer då att bjuda in såväl medlemmar i Hjärnkraft som andra närliggande förbund för att försöka få igång en aktiv verksamhet i Sundsvall, kanske bilda anhöriggrupper och till och med en Hjärnkraftsförening.

Det samarbete som nu inletts med landstingsledningen har varit mycket stimulerande och något som vi verkligen vill bygga vidare på.



Genanalys och markörer i blodet kan avslöja prognosen vid akut skallskada

Mängden av olika hjärnskademarkörer under de första tre dygnen efter en traumatisk skallskada ger goda förutsättningar att bedöma skadans svårighetsgrad och även patientens prognos. Det visar neurokirurgen Zandra Olivecrona vid Umeå universitet i sin avhandling.

Svår skallskada är den vanligaste traumatiska orsaken till sjukdom och död i Sverige. Vid Neurokirurgiska kliniken, Norrlands universitetssjukhus i Umeå, behandlas patienter med svår traumatisk skallskada med så kallad intrakraniellt tryckstyrd terapi. Behandlingen baseras på en aggressiv neurokirurgi och användning av fysiologiska principer för att optimera mikrocirkulationen i hjärnan och minska risken för sekundära hjärnskador.

Trots allt mer sofistikerad vård är det fortfarande mycket svårt att tidigt efter skadan ge patienten och dess anhöriga en prognos vad gäller kvarstående funktionsbortfall. Genom att studera en så kallad allelvariant i en gen, olika biomarkörer, bildiagnostik och nivåer av hormoner i blodet under det akuta skedet efter en skallskada, har Zandra Olivecrona försökt att angripa detta problem.

– Den sammantagna bilden med förekomst av den aktuella allelen och tryckvariationerna i hjärnan gör att markörer kan användas för att förutsäga risken att avlida efter en traumatisk skallskada, säger Zandra Olivecrona i ett pressmeddelande.



Zandra Olivecrona kommer från Stockholm och gick läkarutbildningen på Karolinska institutet. Hon blev specialist i neurokirurgi 2013.

Så kallade neuroendokrina rubbnin-gar har förknippats med negativa resultat både i den akuta och kroniska fasen efter svår skallskada. Detta anser Olivecrona understryker behovet av att identifiera hormoner-brister, för att optimera patientens återhämtning efter en skallskada, <http://umu.diva-portal.org/smash/record.jsf?pid=diva2:695534>

Landet runt: Kronoberg



På bilden från vänster: Ola Balke, Myndigheten för Delaktighet Lennart Axelsson (S) riksdagsledamot och ledamot i socialutskottet Eva Johansson (C) ledamot i kommunstyrelsen Växjö kommun, Marie-Jeanette Bergvall, förbundssekreterare Hjärnkraft, Eva Enkvist, Ordförande DHR Växjö

Hjärnkraft på Funka för livet i Växjö

Hjärnkraft i Kronoberg hade tillsammans med Strokeriksförbundet och Afasiförbundet en egen monter vid Funka för livet mässan i Växjö den 8 – 9 maj.

Tre av hjärnförbunden har på lokalplanet ett samarbete både vad gäller aktiviteter och utåtriktad verksamhet i samhället. Det var en mycket välbesökt mässa med hela 77 utställare. Handikappföreningar/assistansförmedlare/hjälpmiddelstillverkare-försäljare/landsting/kommuner/försäkringsbolag etc. visade upp sin verksamhet.

Ett stort antal personer besökte mässan, vilket märktes i montern där alla fick svara på frågor och berätta om sina förbund. Samverkan mellan förbunden är en förutsättning för att vi ska bli starka och ha möjlighet att delta på sådana här kostnadskrävande evenemang, även andra besökare uttalade sin uppskattning för att vi samverkar, säger Per-Erik Nilsson ordförande i Hjärnkraft Kronoberg.

Mässan arrangeras vartannat år, nästa gång 2016 planeras för en utökning i ännu större lokaler.

Förbundssekreterare Marie-Jeanette Bergvall deltog i en debatt med rubriken Tillgänglighet – När blir Sverige tillgängligt för alla? Moderator var Lars Jonsson Agenda PR. En av frågor som kom upp var den nya tillgänglighetslagstiftningen där Hjärnkraft fick tillfälle att framföra sin kritik. Även de juridiska detaljtolkningarna vid bedömning av personlig assistans togs upp som ett hinder för tillgänglighet. Här har Sverige också fått kritik av FN vid uppföljningen av FNs konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. Alla paneldeltagare var överens om att takten i tillgänglighetsarbetet måste öka – drastiskt!

Marie-Jeanette Bergvall

HUR ÄR DET FÖR DIG?

NYHET!

Att underlätta för elever med förvärvad hjärnskada

Hur är det för dig! är ett helt nytt samtalsmaterial som på ett enkelt och pedagogiskt sätt ger en övergripande bild av olika svårigheter som **elever** med **förvärvad hjärnskada** kan uppleva i skolan.

Med stöd av **Hur är det för dig?** kan elev och personal tillsammans komma fram till åtgärder som gör det möjligt för eleven att utnyttja sina förmågor på bästa sätt.

Hur är det för dig? är utarbetat för barn och ungdomar med förvärvad hjärnskada. Materialet kan även användas i möten med andra elever eller vuxna med specifika svårigheter.



Hur är det för dig? består av: ● Lärarhandledning
● Elevhäfte ● Målkort och utvärdering ● Protokoll

FAKTA

Författare: Cristina Eklund, specialpedagog.

Formgivning & bildcollage: Louise Turlock.

Stöd från Specialpedagogiska skolmyndigheten.

Materialet säljs i ett **paket** bestående av: 2 elevhäften, 1 lärarhandledning, 2 protokoll, 2 målkort.

Pris: 110 kr / paket, inkl. moms.

Beställning och mer info: www.hjarnkraft.se



Kamrater

Om man är borta mycket från skolan, eller inte orkar vara med sina kamrater lika mycket som tidigare kan man känna sig lite ensam.

- Har du problem med att orka vara med dina kamrater? ☐ Ja ☐ Nej
- Jag tycker att jag har bra kamrater. ☐ Ja ☐ Nej
- Hur gör du för att orka vara tillsammans med dina kamrater?

.....

.....

.....

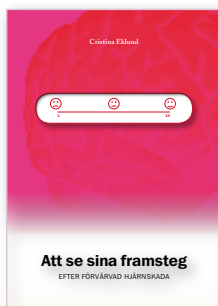
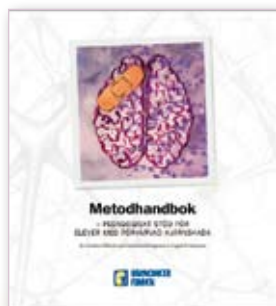
.....

.....

33

Exempel på uppslag ur Elevhäftet, 48 sidor och rikt illustrerat!

Fler material av Cristina Eklund i samarbete med Hjärnkraft



- **Metodboken** – ett pedagogiskt stöd för elever med förvärvad hjärnskada.
- **Se sina framsteg** – ett skattningsmaterial för att utvärdera förmågor och funktioner.
- **Att samtala** – ett informationsmaterial om de vanligaste svårigheterna efter en förvärvad hjärnskada som underlättar samtalet med kamrater och andra.

Hjärnkraft arbetar för att öka kunskapen om förvärvad hjärnskada och de svårigheter en skada kan ge även lång tid efter att den inträffat.



Beställ materialen via Hjärnkrafts webbshop eller genom att kontakta oss
Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft
Nybohovsgränd 12, 1 tr, 117 63 Stockholm
Telefon: 08-447 45 30
info@hjarnkraft.se ● www.hjarnkraft.se

Landet runt: Västra Götaland



Eldsjäls gala

Eldsjälarna i Hjärnkraft Västra Götalands län Ulrik Wigell och Lars Claesson sålde lotter till Eldsjäls galan "Miljonbingo" på ICA Kvantum lördagen den 22 februari. Vi passade samtidigt på att sprida information om Hjärnkraft och dess verksamhet och betydelse.

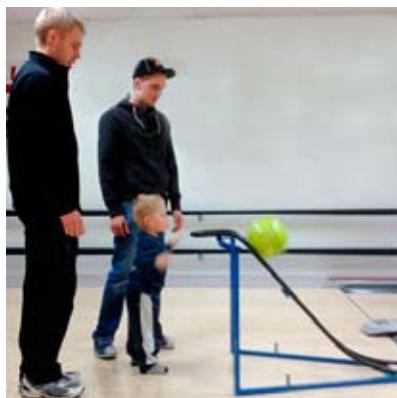
Lars Claesson

Landet runt: Skaraborg

Bowling i alla åldersklasser

Medlemsträff med bowling är en återkommande aktivitet i Hjärnkraft Skaraborg. Dessa träffar har arrangerats på olika platser. Denna gång var det dags att prova på Tibros nyrenoverade hall.

Det var ett gäng på 9 personer ur olika åldrar som samlades för att utmana varandra. Där fick Linus, 3 år, representera den yngsta och Evald som fyller 85 år i år, den äldsta. Efter att skor och klot hade provats ut var det dags att sätta igång. Det blev blandade resultat och den som lyckades få ihop de allra bästa serierna var Christina, som är amatörproffs.



Bowling är en sport där alla kan delta på ett eller annat sätt. Bara man får använda hjälpmedel. För detta gängs del blev det grindar i rännan samt en ställning att lägga upp klotet på, för att sedan putta iväg det. Eller som Viggo, 5 år, gjorde; "nickade" iväg klotet.

Träffen avslutades med en fika innan deltagarna tog farväl av varandra och åkte hem.

Veronica Karlsson

ANNONS



Vardagen kan vara svår... ...tillsammans hittar vi lösningar!

BOSSE- Råd, Stöd & Kunskapscenter erbjuder kvalificerat råd och stöd till dig som är över 18 år och som har en funktionsnedsättning.

För dig som har personlig assistans erbjuder vi dig och dina assistenter utbildning samt handledning utifrån dina behov. Utbildningen finansierar du genom din assistansersättning.

Besök vår hemsida eller kontakta oss så berättar vi mer. Välkommen att boka en tid!

E-post
bosse@bosse-kunskapscenter.se

Telefon
08-544 88 660

Adress
Döbelnsgatan 59, 113 52 Stockholm



BOSSE

Råd Stöd & Kunskapscenter

www.bosse-kunskapscenter.se

Nytt Föräldranätverk i Hjärnkraft

Sju familjer inom Hjärnkraft har bildat ett nätverk för att stötta varandra och försöka ge politiker och beslutsfattare mer kunskap om livssituationen för familjer där ett barn har förvärvat hjärnskada.

De har skrivit och uppvaktat såväl ansvariga ministrar som Socialdepartementet.

– Vi kan beskriva verkligheten för familjer som lever med en person med förvärvat hjärnskada, vi vet vad som behöver utvecklas inom rehabiliteringen och insatser inom t ex LSS. Vi kan beskriva konsekvenserna av de indragningar och åtstramningar som beslutas, säger Bernd Mathiesen. Vi vill ge ansvariga ett bra beslutsunderlag så att politiken blir mer anpassad till verkligheten.

De familjer som nu finns i nätverket bor spridda över landet och man välkomnar fler att delta i nätverket och påverkansarbetet.

Foto: Dreamstime



Kontaktpersoner är:

Bernd Mathiesen, Linköping, tfn 013-21 36 27, 073-652 38 33

E-post: berndobirgitta@gmail.com

Åke Grapengiesser, Stockholm, tfn 08-756 80 62, 070-556 80 62

E-post: ake@grapelow.se

Björn Boquist, Stockholm, tfn 08 85 06 08, 0703-31 32 16

E-post: bjorn.boquist@telia.com

ANNONS

Rehabilitera dig på Valjeviken eller Humlegården!

På Neuroförbundets anläggningar Valjeviken och Humlegården har du möjligheter att under hela året komma på rehabilitering. Vi tar emot patienter från hela Sverige.

Valjeviken erbjuder:

Rehabilitering/träning

– med sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator

Rekreation

– i en vacker, rogivande miljö, boende med hotellstandard

Diagnoskurser

– Hjärnskada, ALS, MS, MG, Parkinson, Stroke, CP, NMD, Ataxi m.fl.

Aktivitetskurser

– testa dina gränser

Humlegården erbjuder:

Rehabiliteringsprogram, neurologiska diagnoser

– med sjukgymnast, arbetsterapeut och kurator

Dagrehabilitering/träning

– inom Stockholms läns landsting finns möjligheten att välja dagrehabilitering

Puffkurser

– Lär dig mer om din diagnos, träning och rehabilitering

*Hjärnskadekurs 18-31/8.
Inriktning kognition och
träning. Vi hjälper dig att
söka kostnadsansvar. Be-
ställ våra nya broschyrer
för mer information!*



Telefon: 0456-151 15



Telefon: 08-598 833 00

På valjeviken.se finner du också information om utbildningar och kurser på vår folkhögskola samt vårt utbud i Mättinge, Trosa (fantastiskt läge och utmärkt för föreningsaktiviteter och samverkanskurser) och Sundbyvik, Örebro (hjärnskadekurs).



info@valjeviken.se, www.valjeviken.se / info@humlegarden.a.se, www.humlegarden.a.se

Assistensrollen i fokus på utbildningsdag

Många råd och tips gavs vid Örebro länsförenings fortsättningskurs.

Torsdagen den 20 mars 2014 anordnade Örebro länsförening en utbildningsdag på Universitetssjukhuset i Örebro. En fortsättningskurs som främst riktade sig till de som deltagit vid någon av våra tidigare kurser. Deltagarantalet uppgick till 35 personer.

Foto: Dreamstime



Under dagen föreläste Karina Scheibenpflug, leg sjukgymnast, bland annat om vad som händer efter en förvärvad hjärnskada och hur assistenten kan hjälpa till.

Exempelvis kan det handla om att assistenten, genom olika tänjövningar, försöker att lindra spasticiteten i brukarens armar och ben. Spasticitet är vanligt förekommande hos bland andra personer med förvärvad hjärnskada.

- Värme och vatten är två element som kan lösa upp spasticitet, berättar Scheibenpflug.

Hon påpekar också att brukarens egen inställning, insikt och motivation är viktig för att nå ett lyckat resultat i rehabiliteringsarbetet.

Hon berättar också att humor är bra att använda för att brukaren ska göra framsteg. Att sänka kraven är en annan viktig del.

Senare pratade Johan Appel, organisationspsykolog, om hur assistenter/ personal kan förändra brukares attityd genom ett bra bemötande och genom att ta tillvara dennes intressen.

Han illustrerade detta med många konkreta exempel i förhållandet mellan personal/assistent och brukare.

Även moraliska och etiska dilemman togs upp. Dessa följdes också av gruppdiskussioner.

Angeline Ljungkvist, leg. logoped, berättade också om afasi, något som kan uppstå efter en hjärnskada.

Text: Christian Kanvik

christian.kanvik@orebro.hjarnkraft.nu

ANNONS



Misa Liljeholmen erbjuder arbetsinriktad verksamhet för personer som förvärvat hjärnskada i vuxen ålder. Med vårt stöd kan alla som vill delta i arbetslivet.

08 - 669 01 60
liljeholmen@misa.se



"När jag var tjugooett år fick jag min första stroke. Det var en svår tid. Jag fick kontakt med Misa, vilket ledde till en anställning på Lärvox."
Agnes Saube

www.misa.se

Folkspel stöder Hjärnkraft, gör du?

Jag har tidigare prenumererat på ett annat lotteri. Men så tröttnade jag och avsa mig prenumerationen. Efter ett tag tyckte jag det var jättetrist att inte ha chans att vinna någonsans. Jag tittade då på Folkspel, eftersom de gynnar Hjärnkraft. Även om jag arbetar på Hjärnkraft, har hört mycket om Folkspel och ser att vi faktiskt får in en hel del pengar till verksamheten, 37 000 kronor förra året, så är man ju lite seg när det gäller sitt eget agerande.

Men plötsligt händer det, som de säger i reklamen för ett helt annat lotteri. Nu prenumererar jag på Bingolotter sedan fyra veckor tillbaka. Om jag prenumererar på en lott i veckan för 50 kronor så innebär det att Hjärnkraft får 560 kronor på ett år. Det tycker jag är rätt bra.

Jag tillhör inte dem som följer sändningarna på TV. Men man kan rätta sin lott på andra sätt. Via bingolottos hemsida, via telefon, SMS eller hos ATG ombud. Betala



Mer info finns på
www.folkspel.se och
www.bingolotto.se

kan man göra antingen via faktura eller via autogiro.

Nu har jag chans att vinna igen – samtidigt som jag stöttar Hjärnkraft. Det känns som en vinst i sig när medelandet "Tyvärr ingen vinst" kommer upp när man rättar sin lott.

Text och hoppfull lottägare:
Marie-Jeanette Bergvall

ANNONS



Det handlar om dig!

På väg...igen

kurs för dig med
 förvärvad hjärnskada

Läs mer om våra kurser på
furuboda.org

FURUBODA 
 Folkhögskola

Landet runt: Gävleborg

Besök på Forsa Folkhögskola

Den 14 februari besökte vi Forsa Folkhögskola för att få höra mer om deras afasikurs. Vi var inbjudna för ett eventuellt samarbete mellan vår förening och folkhögskolans afasikurs. Vi blev väl mottagna av både personal och elever och vi presenterade oss för varandra över en kopp kaffe och nybakad sockerkaka som eleverna hade bakat.

Efter lunch pratade vi med personalen och berättade om vår förening och de informerade om afasikursen. Kursen "Specialkurs för personer med afasi" har en kurslängd på 1-3 år och är kostnadsfri. Kursen riktar sig till dig i arbetsför ålder med förvärvad hjärnskada där de språkliga förmågorna har påverkats. Att återerövra språket och att hitta vägar till kommunikation är centrala delar i kursen.

Ansökningen till skolan är löpande, kontakt tas med kursföreståndaren. Forsa Folkhögskola har stor erfarenhet av att arbeta med personer med afasi, kursen har funnits i många år. Om du är intresserad så kan du testa en "prova på vecka", där du tillsammans med lärarna kan se om kursen skulle passa dig.

För mer info: www.lg.se/forsa eller kursföreståndare Gunnar Hjelm tel. 0650-36781, 070-2091614, gunnar.hjelm@lg.se

Karin Sjöholm
Margaretha Lundén



Landet runt: Göteborg

RGRM-kurs ger glädje och hjärngymnastik

RGRM står för "the Ronny-Gardiner-Rythm & Music method", efter grundaren Ronny Gardiner. Denna metod används inom rehabilitering och friskvård.

RGRM stimulerar hjärnan och förbättrar koncentration, balans, koordination, minne samt skapar glädje och självförtroende. Med rytmisk musik blir det en glädjefylld stunds hjärngymnastik. Hjärnkraft Göteborg har haft åtta kurser i RGRM med Ole Moe som instruktör – här kommer deltagare Sergejs tankar om kursen:

Han kom, han såg, och med sig fick han ett antal deltagare som hade fått ett nytt sätt att tackla sitt problem på.

Vi arbetar med rytm, musik, rörelser och färger för att skapa kommunikation mellan höger och vänster hjärnhalva. Vi pratade länge och väl om juice och frukt, var vi skulle äta detta. Vi kom fram till att vi skulle må bäst ifall vi med vår sociala framgång, positivitet och en ökad självkänsla skulle gå ner i restaurangen.

Vi lyckades "lura" hjärnan med tanke på att vi jobbade hela tiden med höger och vänster, rött och blått och så rörde vi oss. Alla deltagare var nöjda på olika sätt. Sist men inte minst – Musikern, det var han som lärde oss, som skratade med oss och som sjöng för oss.

Bravo, Olé. Olé!!

Text:
Sergej Stocker

ANNONS

Stroke eller traumatisk hjärnskada?

Vi erbjuder unika rehabiliteringsprogram i Spanien och Sverige

Forskningsstudier och våra resultat visar att tydliga förbättringar kan uppnås, även många år efter att skadan har skett.

Våra effektiva rehabiliteringsprogram innehåller intensiv fysisk träning och språk- och talträning.

Träningen sker med stöd av svenska läkare, sjukgymnaster och logopeder som är specialister i neurorehabilitering.

Många av våra deltagare får programmen helt eller delvis finansierade. Vi hjälper Dig att ansöka om ersättning. Välkommen att kontakta oss!

NeuroOptima Forsk Rehab AB | Tel. 040-400 950 |
kundservice@neurooptima.com |
www.neurooptima.com/se

neuroOPTIMA



Landet runt: Stockholm

Medlemsträff med matlagning ger mersmak



Text och foto:
Eliane Högberg

Härliga dofter spreds i den trevliga lokalen i kollektivhuset hos våra medlemmar Robert och Lilia Kalmér när ett 15-tal medlemmar träffades för att laga mat tillsammans. Det var full aktivitet i det stora köket – det hackades grönsaker, bryntes köttfärs, bakades mjuka kakor, fixades kaffe och dryck med mera. När allt var klart kunde vi sätta oss till bords och njuta av rykande gulaschsoppa, gott bröd och kaffe med kaka. Sedan blev det kortspel, prat och skratt. En lyckad matlagningsträff som gav mersmak.



Tack Nivedita för den fina blomman!

Ladies night i Stockholm

Vi var 10 kvinnor som träffades i föreningens lokaler den 25 februari för att samtala och äta gott tillsammans på föreningens första tjej-kväll.

Vi började med att dricka ett glas bubbel och presentera oss för varandra. Jag tror att vi alla uppskattade att få ta del av varandras livs historier för det var lite svårt att avsluta. Och det gjorde vi heller inte...Samtalen fortsatte genom middagen och efterrätten. En mycket uppskattad kväll. Det här gör vi om!

Text och foto: Lena Nygren



Foto: Dreamstime

Appkväll lockar i huvudstaden



App-kvällen hade en återträff 20 mars. Vi som ledde detta, Tommy von Hellens och Mats Schalling, såg fram emot en rolig och givande träff. Och det blev det verkligen. Vi var 10 personer från föreningen, några som var med förra gången och några nytilkomna. Det kändes verkligen bra. Alla engagerade sig för att alla skulle komma igång. Och det gällde även de som inte hade egna mobiler eller surfplattor. Det var en del av vår målsättning med mötet, alla skulle få prova på. App:ar laddades ner och olika möjligheter med mobilerna upptäcktes. Eftersom alla var väldigt nöjda så kom vi gemensamt fram till att vi skulle ha ytterligare en återträff. Den genomfördes torsdagen den 24 april. Passa på att prova du också!

Text: Mats Schalling, foto: Lena Nygren

”

Folk borde ge mig tid att uttrycka mig och inte störa mig när jag ska säga något.”



En bilolycka med dess följd

Det var den 9 februari 1997. Jag, Eira Kunze Nilsson, 43 år, åkte med mina söner David, 13 år, och Eric, 9 år, hade varit i Tångeråsen, en by i Jämtland. Vi var på väg hemåt, till Färsundet, i Strömsunds kommun. Det snöade fruktansvärt. I rondellen i Krokom körde jag mot Lit, och varifrån jag sedan skulle köra mot Strömsund. Därifrån kommer jag inte ihåg någonting.

Text:
Eira Kunze Nilsson

Jag krockade med en lastbil i Litsnäset. Bilen blev helt demolerad. David fick hjärnskakning, Eric vaknade och trodde att det var en mardröm, hade ont i axlarna, men tog sig ut ur bilen, och jag blev skalperad, hoptryckt i bilen, tappade 2 liter blod, och satt fast.



Bengymnastik. Eira Kunze Nilsson ligger och tränar sina ben.

En kvinna kom och ringde efter ambulans, polis och hjälpte Eric. En man med familj märkte att jag inte kunde andas, men tryckte mitt säte bakåt, så att jag fick mer luft. Hans fru hjälpte Eric att ringa till min man. En brandman höll på att få mig loss ur bilen, men det tog en och en halv timme. En läkare sövde mig.

På Östersunds sjukhus tog man bort allt grus och splitter från min skalp, blod i en lunga och mage, min översta ryggkota var väldigt skadad. Under natten fick jag en stroke, och togs till Umeå Universitetssjukhus i helikopter.

Jag kom att vara nersövd i tre veckor. Eric sade att jag såg ut som en gorilla. Jag fick en stroke till. En läkare sade att hjärntrycksmätaren borde stå på 0, men den hade börjat gå upp, och om den skulle gå upp till 20 skulle jag ha tur om jag överlevde.

Man tog bort en del av min skalp för att hjärnan skulle få plats ifall den skulle svälla. Skalpen sattes i en frysbox, som sedan kom att vara där ett år.

Jag vaknade efter tre veckor, men togs sedan till Östersunds sjukhus, och fick en ställning som gick från huvudet och ner till magen. Jag var där en vecka, och sedan på rehabiliteringshemmet Solliden i Östersund. Där var jag i cirka 4 månader. Tiden där kommer jag ihåg. Jag hade svårt att hitta ord, fick inte gå eftersom mina fötter var skadade,



Styggen. Ett år efter krocken är håret avrakat för att man opererade in den lilla skalldelen som täckte den öppna delen av huvudet.



Eira Kunze Nilssons bok handlar om krocken. På omslaget syns den demolerade bilen. Nyligen utkom också "Några kvinnor berättar....." där några väninnor berättar om allt möjligt som de har upplevt. Ett kapitel handlar om Eiras trafikolycka.

och kunde inte alls ta en enda sångton. Då förstod jag att det var något fel i hjärnan. Jag tränade mig i att hitta svåra ord, tio stycken efter frukost, lunch och middag, och att försöka sjunga, och det tog tid att hitta tonerna.

Sista april var jag hos familjen och togs ut i rullstolen för att se fyrverkeriet, och den 1 maj fick jag epilepsi. Jag fick två mediciner, och får dem fortfarande.

I juni fick jag en kortare ställning från min haka och ner till magen. Sedan fick jag gå med mina fötter. I dem fick jag spikar, liksom i min ena arm.

Några gånger fick jag träffa logopeden för att träna på ord genom att tävla med henne på Boggle, ett ordspel, och senare att skriva om någonting. Neuropsykologen testade mig genom att rita något som jag hade fått titta på ett papper ett tag och sedan rita av det. Sedan blev jag testad på ord. Arbetsterapeuten gav mig uppgifter att jobba med lera, som till exempel göra namnskyltar och en statyett på mig, sticka och baka en kaka.

Från och med hösten var jag hemma ett år. Då promenerade jag, läste, lagade mat, städade och allt det vanliga.

Den tjugotredje januari åkte jag buss till Umeå för att få skalpbiten tillbaka inopererad. Och så blev det. Läkarna satte in ringar i platina för att få fast biten med det övriga av skalpen. Dagen då jag skulle åka tillbaka hem kontakade jag lastbilens chaufför som bodde Umeå. Han hälsade på mig och bjöd mig på fika i kafeterian. Vi hade ett bra samtal om det som hänt. Den skada han fick var smärtor i ryggen.

Efter allt detta har jag arbetat 25 procent under några år som lärare, men är helpen-



Gåträning med rullatorn.

sionär nu. Jag har fortfarande epilepsi, men inte grav, har jobbigt att hänga med i samtal med flera. Folk borde ge mig tid att uttrycka mig och inte störa mig när jag ska säga något. När jag skriver kan det fattas några bokstäver i slutet av ett ord.

Men jag har skrivit två böcker, och den ena handlar om min krock och dess följd. I den boken finns ett foto på min demolerade bil, och några på mig där jag har på mig ställningarna. Jag sjunger i en kör och solo ibland. Nyligen sjöng jag "Ave Maria" på en begravning, och eftersom jag vill hålla några språk igång undervisar jag några personer i engelska, franska och spanska.

För många av de personer som jag har träffat har jag fått berätta om krocken och hur det blev sedan. Det har jag fått göra även på gymnasier. För att må bra både fysiskt och psykiskt, tror jag att det är väldigt bra om man tänker igenom, pratar och kanske även skriva om det som man har upplevt och gått igenom.

ANNONS



Assistans efter dina önskemål

Delaktighet - Kunskap - Närhet - Förebilder

Vår assistans bygger på den kunskap och erfarenhet som vi har på Rehab Station Stockholm av att bedriva framgångsrik neurologisk rehabilitering.

Kontakta Annika Törnsten
Telefon 08-555 44 172
annika.tornsten@rehabstation.se
www.rehabstationassistans.se

Rehab
Station Assistans

"När hjärnan inte orkar - om hjärntrötthet"

Den nyutkomna boken "När hjärnan inte orkar - om hjärntrötthet" har skrivits av Birgitta Johansson, fil dr och neuropsykolog och Lars Rönnbäck, professor i neurologi.

Meta Wiborgh
meta.wiborgh@hjarnkraft.se



Författarna beskriver ett osynligt funktionshinder som är vanligt vid skada eller sjukdom i nervsystemet och som kan bli ett långvarigt problem - hjärntrötthet.

Det är välkommet med en lättläst bok om hjärntrötthet. Det är viktigt att detta tillstånd som det, enligt författarna, idag kan vara så många som 200 000 personer i Sverige som drabbats av, lyfts fram och diskuteras.

Författarna beskriver skillnaden mellan vanlig trötthet och det man kallar hjärntrötthet på ett enkelt och tydligt sätt. Hjärntrötthet, eller som man också benämner det mental trötthet, drabbar personer som fått en skada av sin hjärna. Denna skada påverkar hjärnan på ett sätt som gör att den inte orkar sortera eller bearbeta inkommande information på ett effektivt och energisnålt sätt. För de flesta försvinner tröttheten i takt med att skadan läker men hos en del stannar tröttheten kvar i månader eller år. Man vet inte varför vissa personer drabbas så, men man diskuterar att det kan finnas olika känslighet redan innan en skada som kan påverka hur en person drabbas.

Boken beskriver ingående teorier om hur tröttheten uppkommer. Det är ett teoretiskt och ganska svårgränsat kapitel, men

givetvis intressant för den som vill fördjupa sig.

Boken innehåller också en rad idéer om hur man som hjärntrött kan organisera sin vardag så man inte blir totalt uttröttad. Det skildras hur man kan lära sig vad som är tröttande och vad som kan vara lugnande för hjärnan. Det finns många fina korta, och en del längre, personskildringar som illustrerar en hjärntrött persons situation. Man skiljer också ut hjärntrötthet från depression, något som givetvis också kan drabba någon som fått en hjärnskada.

Författarna forskar kring behandling av hjärntrötthet. De beskriver hur man kan arbeta med mindfulness som en behandlingsmetod. De beskriver också försök med medicinering som de själva arbetar med. Det inger hopp om att man på sikt ska kunna finna effektiv behandling, men det är viktigt att påpeka att detta än så länge är forskning.

Sammanfattningsvis tycker jag att boken ger en bra bild av vad hjärntrötthet är och förmedlar många bra tips hur man som drabbad kan lära sig handskas med sin situation. De mer teoretiska kapitlen om hur hjärntröttheten uppkommer på cellnivå och om forskningen om nya läkemedel är spännande, men troligen inte lika användbara för alla de som drabbats av hjärntrötthet.

Boktips:

"Den sociala hjärnan"



Katarina Gospic är hjärnforskare och författare till boken "Den sociala hjärnan" som utkom tidigare i år. Här pekar hon på vikten av sociala relationer för hälsa, välmående och prestation.

"Ubuntu" är ett afrikanskt uttryck för *jag är, för att vi är* och beskriver hur vår existens är beroende av andra. Det är precis så hjärnan och kroppen fungerar ända ner på cellnivå. Alla celler behöver varandra för att vi ska kunna överleva.

Hjärnan definierar vilka vi är och är väldigt känslig för vad andra tycker.

Katarina Gospic beskriver de senaste forskningsrönen som visar hur kärlek, generositet och samarbete är våra bästa överlevnadsstrategier. På ett lättsamt och snabbt sätt går hon igenom hur vi kan förändra beteenden, kroppsspråk och bli empatiska av vissa dataspel.

Kerstin Orsén
kerstin.orsen@hjarnkraft.se

HISTORISKA HÄNDELSE

OCH PERSONER

Clues:

- Across:**
 - 1. HUS-RUM
 - 2. AV-SKY
 - 3. URNA
 - 4. STYRA
 - 5. KARL BLAN-DAS
 - 6. HÖRS FR. UT-RYCK-ANDE
 - 7. REFRIGE-RATOR GLAS-ORT
 - 8. LJUS GÖR DU TYST
 - 9. HACK RYGGAS OCH NOCK
 - 10. LÄGE
 - 11. RINGA MÅN PARVEL
 - 12. 5/4
 - 13. UR-MOPIG
 - 14. FLOTT STÄLLDA MOT VÄGGEN
 - 15. TIDE-VARVET
 - 16. VAR HÅLSAD
 - 17. PÅRI BÖR SALT EJ STROS
 - 18. FÖR-VÄRINGS-PLATS
 - 19. HUVUD-STAD
 - 20. LITEN BAD-PLATS
 - 21. SKOL-LE-DARE
 - 22. STUMP
 - 23. PÅ HUGGET
 - 24. OFTA NÄRMÄST MARKEN
 - 25. DEN ÄR ETT FLY-GANDE NATTDJUR
 - 26. TON FOT-RIKA
 - 27. ANLED-NING TLUSS
 - 28. ÅRDON FÖRR I TIDEN KRAFT
 - 29. GUDAR BÖR DRÄ
 - 30. STÄNGER
 - 31. FÄR-KOST
 - 32. STOPPA I PÄRMAR
 - 33. MODERN TEKNO-LOGI
 - 34. KURIOSA
 - 35. FJOLLA
 - 36. HÖRAS OM IGEN ÖST
 - 37. GOTT-GÖRA
 - 38. SUL-TANÄT TAR HAND OM FIMP
 - 39. SLO EFTER ELVA
 - 40. HAKE TJEJ
 - 41. LIND-GREN-FIGUR
 - 42. STYRT
 - 43. BLAD NATUR
 - 44. HAR BE-DÖVANDE EFFEKT
 - 45. ROV-FISK GRIPA
 - 46. FODER VIND-SKYDD
 - 47. MÅLA UTAN TACKN.
 - 48. ENTRÉE
 - 49. VOVVE
 - 50. TEATER-DEL HÄLLT
 - 51. KADA-VER
 - 52. VÄRLDS-IDROTT
- Down:**
 - 1. HUS-RUM
 - 2. AV-SKY
 - 3. URNA
 - 4. STYRA
 - 5. KARL BLAN-DAS
 - 6. HÖRS FR. UT-RYCK-ANDE
 - 7. REFRIGE-RATOR GLAS-ORT
 - 8. LJUS GÖR DU TYST
 - 9. HACK RYGGAS OCH NOCK
 - 10. LÄGE
 - 11. RINGA MÅN PARVEL
 - 12. 5/4
 - 13. UR-MOPIG
 - 14. FLOTT STÄLLDA MOT VÄGGEN
 - 15. TIDE-VARVET
 - 16. VAR HÅLSAD
 - 17. PÅRI BÖR SALT EJ STROS
 - 18. FÖR-VÄRINGS-PLATS
 - 19. HUVUD-STAD
 - 20. LITEN BAD-PLATS
 - 21. SKOL-LE-DARE
 - 22. STUMP
 - 23. PÅ HUGGET
 - 24. OFTA NÄRMÄST MARKEN
 - 25. DEN ÄR ETT FLY-GANDE NATTDJUR
 - 26. TON FOT-RIKA
 - 27. ANLED-NING TLUSS
 - 28. ÅRDON FÖRR I TIDEN KRAFT
 - 29. GUDAR BÖR DRÄ
 - 30. STÄNGER
 - 31. FÄR-KOST
 - 32. STOPPA I PÄRMAR
 - 33. MODERN TEKNO-LOGI
 - 34. KURIOSA
 - 35. FJOLLA
 - 36. HÖRAS OM IGEN ÖST
 - 37. GOTT-GÖRA
 - 38. SUL-TANÄT TAR HAND OM FIMP
 - 39. SLO EFTER ELVA
 - 40. HAKE TJEJ
 - 41. LIND-GREN-FIGUR
 - 42. STYRT
 - 43. BLAD NATUR
 - 44. HAR BE-DÖVANDE EFFEKT
 - 45. ROV-FISK GRIPA
 - 46. FODER VIND-SKYDD
 - 47. MÅLA UTAN TACKN.
 - 48. ENTRÉE
 - 49. VOVVE
 - 50. TEATER-DEL HÄLLT
 - 51. KADA-VER
 - 52. VÄRLDS-IDROTT

Denna gång har vi valt ett historiskt korsord som årets sommar-kryss. Skicka gärna in din lösning till: Hjärnkraft, Nybohovsgränd 12, 1 tr, 117 63 Stockholm. Du kan också mejla in orden i de gula rutorna till: info@hjärnkraft.se. Skriv Kryss 2014 på kuvert eller i ämnesraden. Glöm inte att ange namn och adress. Tre vinnare får Sverigelotter.

Trevlig sommar och lycka till!

Kryssredaktionen

Namn:.....

Adress:.....

Grattis Kennert Karlsson!

En av Hjärnkrafts eldsjälar, Kennert Karlsson har fyllt 80 år. Han var med och startade Hjärnkraft Jönköping 1991 och är fortfarande aktiv. Startandet av Kennert Karlsson fond blev en fin födelsedagspresent.

Hjärnkraft i Jönköpings län startades 1991 av Kennert Karlsson och hans fru Anja. Deras son Pär Karlsson hade efter en trafikolycka år 1985 drabbats av en hjärnskada.

Under en av hans rehabiliteringsperioder på Frykcenter i Värmland fick Kennert och Anja höra talas om den förening som

startats av bland annat Bengt och Gertrud Öste 1988. De kontaktade föreningen och fick genom Gertrud Öste och Roland Persson hjälp med att starta upp föreningen i Jönköpings län.

Vid denna tidpunkt fanns i länet några medlemmar i riksföreningen. För att komma i kontakt med ytterligare skadade och anhöriga fick en projektanställd till uppgift att

bedriva uppsökande verksamhet. Denna uppsökare fick kontakt med ett antal personer i länet och vid föreningens första möte deltog nio personer. Dessa deltagande var förutom Anja, Kennert och Pär även Arne Westberg och Sören Axelsson. Arne Westberg är fortfarande en aktiv medlem.

Efter några år startade Kennert också en lokalförening tillsammans med några andra Hjärnkraft i Jönköpings kommun. En anledning till detta var att man ville engagera de skadade mer i arbetet med föreningen och man upplevde att det blev för stort med hela länet. Lokalföreningen ordnade biokvällar och fiskeutflykter bland annat. Lokalföreningen var mycket aktiv i många år och allt tack vare Kennerts stora engagemang.

Idag har Hjärnkraft i Jönköpings län 83 medlemmar och Kennert och hans Anja är fortfarande aktiva och sitter med i styrelsen.

Kennert fyllde nu 80 år och vi hade äran att vara med att fira honom. Tillsammans med Kennerts vänner så startade vi "Kennert Karlsson fond" i Hjärnkraft Jönköpings län. Tanken är att Kennert själv får bestämma vilka aktiviteter pengarna ska gå till.

Hjärnkraft Jönköping
Vid pennan: Asta Karlsson



ill: dreamstime.com



Sommarstängt på kansliet

Förbundskansliet stänger den 30 juni och öppnar åter den 4 augusti.

Trevlig sommar!

önskar vi på kansliet

Nästa nummer av Hjärnkraft

utkommer den 7/10.

Sista dag för manus till nr 3-14 är den

28 augusti.

Välkomna med manus till: kerstin@hjärnkraft.se

Flyttat?

Glöm inte att meddela oss din nya adress.

Mejla, ring eller skriv till:

info@hjärnkraft.se, 08-447 45 30

Hjärnskadeförbundet Hjärnkraft

Nybohovsgränd 12, 117 63 Stockholm



Hjärnkrafts läns- och lokalföreningar och "Hjärnet"

Hjärnkraft i Gävleborg

Märta Söderberg
Tel: 026-19 01 68
e-post: marta.soderberg@live.se

Hjärnkraft i Halland

Jan-Åke Johansson
Tel: 0340- 66 22 73
e-post: hjarnkraft_halland@hotmail.com

Hjärnkraft i Jämtland

Yvonne Olofsson
Tel: 0693-313 12, mobil: 070-727 28 50
e-post: olofsson2@live.se

Hjärnkraft i Jönköping

Rolf Forsén
0383-507 68
e-post: forsen.rolf@gmail.com

Hjärnkraft Blekinge

Ingrid Åkesson
Tel: 0702-44 55 85
e-post: i.akesson49@hotmail.com

Hjärnkraft i Kalmar

Kansliet, tel: 0480-292 84
Fax: 0480-274 64
e-post: hjarnkraftikalmar@telia.com
hemsida: www.kalmar.hjarnkraft.nu
Hjärnet: Kerstin Svensson
Tel: 0499-208 88
Birgitta Rolfsdotter
Tel: 0485-404 99
Göran Mattsson, 0490-320 55
Carolina Melz, 076-316 98 59

Hjärnkraft i Norrbotten

Ingemar Johansson
Mobil: 070-534 53 88
e-post: ingemar.johan@telia.com
Hjärnet: Britta Berggren
Tel: 0920-147 46
e-post: brittaberggren@hotmail.com

Hjärnkraft i Kronoberg

Per-Erik Nilsson
Tel: 0704-41 32 55
e-post: per-erik@hjarnkraft.se
Hjärnet: Per-Erik Nilsson

Hjärnkraft i Skåne

Tel: 046-32 30 90
Fax: 046-158 157
e-post: hjarnkraft.skane@tele2.se

Lokalförening Malmö med omnejd

Inggerd Persson
046-73 18 14
e-post: luddeoco@hotmail.com

Lund

Kansliet: tel 046 - 32 30 90
e-post: hjarnkraft.skane@tele2.se
Christina Schalin
Tel: 040-826 48
e-post: b.christina.schalin@gmail.com

Hjärnkraft i Stockholm

Kansli, tel: 08-447 45 31
e-post: kansli@sthlm.hjarnkraft.nu
Koordinator: 08-447 45 38
Hjärnet: Robert Kalmér
Tel: 073-200 52 33

Hjärnkraft i Södermanland

Lena Talman
Tel: 016-35 16 29
e-post: lena.talman@telia.com
Hjärnet: Eric Axelsson
Tel: 016-12 25 13

Hjärnkraft i Värmland

Kansliet, tel: 054-184 185
e-post: hjarnkraftvarmland@telia.com
Hjärnet: Ulla-Britt Andersson
Tel: 054-10 08 71, 070-650 36 88

Lokalförening Karlstad

Anette Aronsson
054-184 185
hjarnkraftvarmland@telia.com
Hjärnet: Gunilla Axelsson
e-post: axelssong@hotmail.com

Hjärnkraft i Västerbotten

Hans Hedin tel: 0935-206 75
e-post: hans.hedin@tele2.se

Lokalförening Umeå

Mats-Åke Öbro

Lokalförening Skellefteå

Curt Nilsson
070-631 53 41
e-post: curt47@live.se

Hjärnkraft i Västmanland

Ulla Tannergren
Tel: 021-33 29 49

Hjärnkraft i Västra Götaland

Jan-Olof Dahlin
Tel: 0730-20 12 31
e-post: jan-olof.dahlin@telia.com

Lokalförening Göteborg med omnejd

Kansliet, tel: 031-24 32 34
e-post: info@hjarnkraftgoteborg.se
hemsida: www.hjarnkraftgoteborg.se

Hjärnet:

Britta Lindstedt
Tel: 0704-371 624
e-post: tittibritta@hotmail.com

Lokalförening Fyrbodal

Kansliet, tel: 0522-194 40
e-post: hjarnkraft.fyrbodal@brevet.nu
Hjärnet:

Eva-Caisa Ehrnlund, tel: 0522-718 80
e-post: g.o.axelsson@telia.com
Anna Jansson, tel: 0522- 177 83
e-post: anja79@telia.com

Lokalförening Skaraborg

Veronika Karlsson
tel: 072 - 177 08 88
Kansliet, tel: 0511-129 70
e-post: skaralokalen@skara.net
Hjärnet: Mathias Andersson
tel: 0703-32 15 25

Lokalförening Borås Sjuhärad

Sonja Engdahl
Tel: 033- 41 16 64
e-post: sonja.engdahl@telia.com

Hjärnkraft i Örebro

Kansliet, tel: 019-673 21 35
må-to 10-14
0708-27 55 31
e-post: kansli@orebro.hjarnkraft.nu
Hjärnet:
Johan Gustavsson
0581-153 03, 0707-43 29 60
e-post: johan.m.gustavsson@punkt.se





DAGLIG VERKSAMHET

– din arbetsdag på dina villkor

För personer med förvärvade hjärnskador erbjuder vi daglig verksamhet enligt LSS där vi alltid utgår från dig och dina behov. Vi har hög bemanning med bred kompetens, i teamet finns bland annat sjukgymnast och arbetsterapeut.

PÅ AL-GRUPPEN I SOLNA arbetar vi mycket med stimulans av exempelvis musik och upplevelser. Vi erbjuder olika aktiviteter som utvecklar både fysiska och kognitiva funktioner. Samtidigt fyller verksamheten en viktig social funktion genom att ge struktur i vardagen och möjliggöra en känsla av grupptillhörighet.

PÅ DALAGATAN I STOCKHOLM arbetar vi arbetsinriktat med exempelvis produktion i trä, metall eller tyg och driver egen butik. Här får du möjlighet att träna din sociala förmåga i samarbete med andra.

KONTAKTA OSS OM DAGLIG VERKSAMHET

Lotta Forste, verksamhetschef Dalagatan, 08-505 23 484

Åsa Hellström, verksamhetschef AL-gruppen, 08-505 23 591

frosunda.se/dagligverksamhet

frosunda.
omsorg för högsta livskvalitet. oavsett.