

FAKTABLAD OM

Hjälpmedel inom kognitionsområdet

Barn, ungdomar och vuxna med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) har ofta svårt med kognitiva funktioner som är viktiga för att få vardagslivet att fungera. Kognition är ett psykologiskt begrepp för de funktioner i hjärnan som hjälper oss att förstå, lagra, bearbeta och använda information. Hit hör minne, inlärning, uppmärksamhet, impulsreglering, föreställningsförmåga, bearbetning av information och problemlösningsförmåga.

Det moderna samhället ställer allt större krav på vår kognitiva förmåga. Allt fler arbetsuppgifter ställer krav på planering, förmåga att organisera och fatta beslut samt läs- och skrivförmåga. Hela livsplaneringen har blivit mer komplex och kräver allt mer av individuella val och initiativ. Kraven ökar när det gäller att ta del av information via allt fler kanaler. Beställningar, bankärenden och avbokningar är tänkt att ske via webben utan någon att fråga. Personlig betjäning är obefintlig eller kostar extra. Om ingenting görs riskerar stora grupper att ställas vid sidan av viktiga samhällsfunktioner. Det gör det angeläget med utveckling och forskning för att få fram hjälpmedel som kan användas av så många som möjligt, då kognitiv funktionsnedsättning kan orsakas av en mängd olika tillstånd förutom NPF, bl.a. traumatiska hjärnskador, whiplashskador och psykiska funktionsnedsättningar.

Att använda hjälpmedel har visat sig vara ett effektivt sätt att komma till rätta med många av problemen som kan uppstå på grund av dessa funktionsnedsättningar.

Sedan några år pågår intressanta försök att delvis kompensera dessa svårigheter med olika slags kognitiva hjälpmedel.

Nytt utvecklingsområde

Hjälpmedel för att kompensera för brister eller för att träna upp kognitiva förmågor är ett ganska nytt och fortfarande relativt outforskat område. Det behövs mer kunskap om metoder och om vilka hjälpmedel som är användbara som tids-, påminnelse- och planeringshjälpmedel o.s.v.

Riksförbundet Attention bedrev under perioden 2005

– 2008 tillsammans med Riksföreningen Hjärnkraft och Hjälpmedelsinstitutet ett projekt med inriktning på vuxna med kognitiva funktionshinder. Syftet med projektet var också att höja medvetandet om vilka möjligheter till ökad självständighet som tekniska lösningar kan innebära, samt att öka användningen av hjälpmedel och teknik. Nu arbetar Attention vidare med projekt som syftar till att utveckla hjälpmedel för hantering av den egna ekonomin.

Konsekvenser i vardagen

På grund av brist på kunskap och anpassningar av omgivningen får personer med NPF ofta svårt att leva upp till vardagslivets krav och omgivningens förväntningar när det gäller exempelvis:

- Att hitta struktur och rutiner i vardagen samt hålla ordning
- Passa tider
- Att uppfatta meddelanden och instruktioner
- Att orientera sig och hitta i nya miljöer
- Att komma ihåg saker
- Att komma igång med aktiviteter
- Att hitta en bra sömn- och dygnsrytm

Svårigheternas art och grad varierar från person till person.

Smarta hjälpmedel

Utvecklingen av hjälpmedel som är ”smarta”, dvs. innehåller avancerad datorteknik som är anpassad till personer med kognitiva funktionsnedsättningar,

skapar dock helt nya möjligheter till stöd. En vanlig almanacka är inte tillräcklig för en person med stora minnesproblem, men en almanacka som via tal eller en signal kan påminna om aktuella händelser kan vara till stor nytta. Traditionella kartor hjälper inte den som har stora orienterings- och koncentrationssvårigheter. Där- emot kan mobiltelefoner med rätt utformad program- vara och tydlig grafik vara till stor hjälp. De kan visa var man befinner sig och lotsa personen till rätt plats.

De hjälpmedel som nu börjar tas fram bedöms kunna användas inom flera olika områden bl.a.

- För *specifik träning* av en skadad funktion exempel- vis minne, koncentrationsförmåga och språklig förmåga.
- Som kompensatoriskt *hjälpmedel*, för kontinuer- ligt stöd och hjälp för att kompensera skadade funktioner (kommunikationshjälpmedel, stöd för minnet, läs- och skrivhjälpmedel, tidshjälpmedel, hjälpmedel för planering, orienteringshjälpmedel m.m.).
- För att *öka livskvaliteten* genom att motverka iso- lering och öka delaktigheten i samhället med hjälp av digital kommunikation (Internet, chat, e-post, e- handel m.m.).
- För *anpassning av arbetsplatsen* eller underlätta studier, så att individens resurser och förmåga tas till vara.

Kognitionsportal

Projektet resulterade bland annat i Kognitionsportalen som informerar om kognitiva hjälpmedel, vad som finns och var man kan få tag i dem. Portalen vänder sig både till dem som har egna funktionsnedsättningar, an- höriga och yrkesverksamma. Portalen har utformats av Hjälpmedelsinstitutet i samverkan med Västra Göta- landsregionen. Informationen om hjälpmedel baseras på Trollreda Resurscenters databas "Hjälpredan".

Som framgår av denna text finns det mycket kvar att göra inom detta område. Ny teknik, nya program och produkter behöver tas fram. Det som redan finns tillgängligt på marknaden är i regel hjälpmedel av två slag.

Den ena gruppen av hjälpmedel är avancerade och kopplade till datorer med speciella program som an- passats till målgruppen. Hittills har intresset från olika teknikföretag varit blygsamt, men med ökad uppmärk-

samhet åt frågan och med det utvecklingsstöd som finns idag bör det kunna hända mer de närmaste åren.

Den andra gruppen handlar om enkla produkter och tips av typ timer för spis och kaffebryggare, klocka med inbyggd påminnelse, anteckningsböcker etc.

Hjälpmedel för tid/påminnelser

Timstock
Armbandsklocka med påminnelser
Mobiltelefon och Shake-Awake väckarklocka
Komihågklocka
Handdator
Almanacka/Filofax
Whiteboardtavla
Checklistor
Uppmärkning i bostaden

Hjälpmedel för struktur

Uppmärkning i bostaden
Backar och lådor
Checklistor
Komihågklocka
Whiteboardtavla
Armbandsklocka med dagliga alarm och textmeddelande
Handdator
Mobiltelefon

Ytterligare information

Det är landstingen och kommunerna som ska erbjuda hjälpmedel för vård och behandling för att få vardagen att fungera. I första hand vänder man sig till den hjälpmedelscentral som finns i varje län. När det gäller pedagogiska hjälpmedel för barn och ungdomar har skolan ansvar och datateken kan ge råd och stöd, se **www.datatek.info**. Informationsmaterial och rapporter om hjälpmedel kan också beställas via Hjälpmedelsin- stitutets bibliotek, tfn 08-620 17 00, eller laddas ned från Hjälpmedelsinstitutets hemsida **www.hi.se**.

Intresserade kan även vända sig till Attentions kansli som kan förmedla kontakt med Attentions Hjälpmedelsgrupp.