

Anhörig

till någon som fått stroke

Kommunens stöd till anhöriga

Kommunen har skyldighet att ge stöd till dig som är anhörig. Det kan till exempel vara enskilda samtal, avlösning med mera. Ta kontakt med anhörigstödet i din kommun och fråga vad de kan erbjuda dig som anhörig. Kommunen har också hand om sociala frågor, exempelvis hemtjänst, hemvård, personlig assistans, korttidsboende, ledsagare, färdtjänst, bostadsanpassning, trygghetslarm med mera. Ta kontakt med en biståndsbedömare i din kommun för mer information.

Försäkringskassan

Om du som är anhörig har ett arbete som du måste avstå ifrån kan du i vissa fall få närståendepenning.

Lagar som berör personer med funktionsnedsättning

LSS (Lagen om Stöd och Service till vissa funktionshindrade, gäller för personer under 65 år) och SoL (Socialtjänstlagen) är två viktiga lagar. Mer information om dessa lagar kan du få hos din kommun eller på vår hemsida.

Strokeförening

I en strokeförening kan både de som fått stroke och anhöriga få information, delta i aktiviteter och träffa andra i samma situation. Det finns cirka 80 föreningar spridda över landet. Bli medlem så får du ett välkomstpaket med några av våra skrifter och foldrar!

Nationella riktlinjer för strokevård

Socialstyrelsens mål med de nationella riktlinjerna är en god vård och omsorg på lika villkor. Man har sedan 2018 också lagt större fokus på rehabilitering. "Rehabiliteringen vid stroke behöver startas tidigt och bör erbjudas så länge patienten har behov av denna typ av insatser. Utgångspunkten är en individanpassad och målinriktad rehabilitering, med flera professioner involverade."

www.socialstyrelsen.se/nationellariktlinjer

Denna folder är en av många som behandlar konsekvenserna efter stroke. Besök vår hemsida eller ring vårt kansli för mer information.



Strokeförbundet är en intresseorganisation för de som har fått stroke, anhöriga och andra intresserade. Vi arbetar tillsammans med våra lokalföreningar med medlemsstöd, informationsspridning och samhällspåverkan. I våra föreningar kan både de som fått stroke och deras anhöriga få kunskap, stöd och gemenskap. Välkommen som medlem – du behövs!

Du är inte ensam - tillsammans är vi starka!



www.strokeforbundet.se
info@strokeforbundet.se
tel: 08 - 721 88 20
Facebook: Strokeförbundet
Instagram: strokeforbundet

113:2 – 2024



Stroke
förbundet

Att vara anhörig

När någon får stroke och hamnar på sjukhus blir det ofta en omtumlande upplevelse för de anhöriga. En känsla av överklighet, kaos och rädsla uppstår hos många. Det kan vara svårt att ta till sig den information som ges på sjukhuset. Men man kan skriva ner de frågor som successivt kommer upp och ställa dem vid ett senare tillfälle.

Be om samtalstid med ansvarig sjuksköterska/läkare, som oftast har god kunskap om allt runt patienten. Vid behov, be även om samtalstid med annan personal, till exempel en kurator, för att få råd och stöd.

Glöm inte att du har rätt att få både muntlig och skriftlig information och att ställa frågor, även om du inte alltid kan få svar.

Under de första månaderna är det vanligt att det sker många spontana förbättringar.

Tips! Undvik att vara för många vid besök den första tiden för att inte trötta ut den som fått stroke i onödan.

Ta hand om dig själv

För att du ska orka, försök hitta stunder där du kan få energi, vila och ro. Kanske är det en promenad i en vilsam miljö, en fika eller något helt annat som du tycker om. Det viktiga är att du får lite egen tid. Många anhöriga glömmar lätt bort sig själva och fokuserar helt på den som fått stroke. Men ingen klarar det i längden, man måste även ta hand om sig själv.

Vad är stroke?

Stroke är ett samlingsnamn för hjärninfarkt (blodpropp), hjärnblödning och TIA.

Stroke är en av våra stora folksjukdomar. I Sverige insjuknar cirka 25 000 personer varje år, av dem är cirka 20 procent i arbetsför ålder.

Stroke är den vanligaste orsaken till funktionsnedsättningar, men genom rehabilitering och träning kan man återfå många av sina förlorade förmågor. Det är bra att få rehabilitering tidigt, men det är aldrig försent att börja! Tidigare sa man att det som inte blev bättre inom sex månader inte skulle bli bättre men idag vet man att man kan förbättras under en lång tid.

Konsekvenser efter stroke kan vara olika beroende på skadans storlek och lokalisering, exempelvis halvsidig förlamning/nedsättning, afasi, hjärntrötthet, minnesproblem, humörsvängningar och svårigheter att svälja.

En del konsekvenser märks direkt medan andra upplevs successivt. Ibland märks det knappt på en person att den blivit drabbad medan det i andra fall blir mer synliga konsekvenser.

Utskrivning

Inför utskrivningen ska det planeras vidare om fortsatt rehabilitering och eventuellt stöd/hjälp hemma, alternativt annat boende. Det är viktigt att den som fått stroke och de anhöriga deltar vid mötet. Andra som ska vara delaktiga i vårdplaneringen är kommunens biståndshandläggare samt de i teamet som under sjukhusvistelsen varit delaktiga i vård och rehabilitering.

Innan utskrivning kan det bli aktuellt med ett hembesök för att planera bostadsanpassning, om det finns behov av det.

Rehabilitering

Rehabilitering är viktigt efter stroke och finns i olika former, till exempel:

- Slutenvård (man ligger inne på sjukhuset/rehabiliteringskliniken och tränar)
- Öppenvård (man bor hemma och kommer till sjukhuset/rehabiliteringskliniken eller vårdcentralen för träning)
- Hemrehabilitering (en fysioterapeut/ arbetsterapeut kommer hem och ger råd om och stöd vid träning)

Allt är rehabilitering

Stötta gärna den som har fått stroke med att vara aktiv i de vardagliga aktiviteterna så som påklädning, promenader och hushållssysslor. Allt man gör är träning och viktig stimulans för hjärnan – och bidrar till kroppen och hjärnans återhämtning.

