



Dulin fötlun eftir heilaskaða

Hugarfar er félag fólks með áunnin heilaskaða,
aðstandenda og áhugafólks um málefnið



Á hverju ári leita um 900 manns á heilbrigðisstofnanir hér á landi vegna höfuðáverka, þar af hljóta um 50-80 alvarlegan skaða og þurfa á sérhæfðri meðferð að halda. Umferðarslys er algengasta orsök heilaskaða, en ýmsar aðrar ástæður geta einnig komið til eins og vegna ofbeldis, við vinnuslys eða byltu. Ýmsir sjúkdómar geta einnig valdið heilaskaða eins og blóðtappi, blæðingar, æxli eða súrefnisskortur í heila.

Eftir því sem fleiri mánuðir líða frá áverkanum geta sumir jafnað sig ágætlega og lifað eðlilegu lífi á meðan aðrir verða að lifa með viðvarandi og alvarlegan skaða. Heilaskaði getur haft margskonar líkamlegar afleiðingar í för með sér t.d. lömun eða málerfiðleika. Fötlunin er ekki alltaf sýnileg öðrum, eins og t.d. einbeitingarskortur, úthaldsleysi, þreyta og minnisskerðing sem kallast því dulin fötlun.

DULIN FÖTLUN

Fólk með heilaskaða finnur oft fyrir skilningsleysi vegna einkenna sinna. Ástæðan getur verið að „umhverfið“ á í erfiðleikum með að greina svona fötlun frá persónuleika þess skaðaða og heldur þess vegna að viðkomandi hafi alltaf verið svona sérstakur.

Margir tengja persónu með „heilaskaða“ við manneskju sem situr í hjólastól, sem er andlega veik eða greindarskert. Þessi ímynd hefur í för með sér að margir einstaklingar með heilaskaða segja ekki frá sinni duldu fötlun.

Þegar aðrir sjá ekki fötlun mína, halda þeir að það sé ekkert að

SKILNINGUR SKIPTIR ÖLLU

Einstaklingur með heilaskaða vill að honum sé mætt með skilningi á einkennum og virðingu sem persónu. Sumir afgreiða minniserfiðleika fólks með því að segjast sjálfir eiga í erfiðleikum með minnið. Athugasemdir á þessa leið, þó þær séu vel meintar, geta leitt til þess að einstaklingur með heilaskaða finnist erfiðleikar hans ekki teknir alvarlega. Svo eru aðrir sem efast um að viðkomandi beri raunverulegt mein eftir skaðann. Ef einstaklingur með heilaskaða finnur ekki fyrir skilning frá öðrum getur það aukið á félagslega einangrun hans, sem síðan getur leitt til þunglyndis.

Þegar ég er ekki tekinn alvarlega finnst mér ég vera öðruvísi en aðrir

DÆMI UM EINKENNI HEILASKAÐA

Þessi listi inniheldur dæmi um dulin einkenni sem fólk getur glímt við eftir heilaskaða. Einkennin eiga ekki við alla einstaklinga með heilaskaða.

Minni

- Gleymir nöfnum og því sem hefur verið ákveðið
- Á erfitt með að læra og muna nýja hluti

Einbeiting

- Missir þráðinn í samtali
- Eirðarleysi
- Verður óöruggur í margmenni

Yfirsýn, skipulag og frumkvæði

- Á erfitt með að skipuleggja daginn og halda utan um það sem búið er að ákveða
- Á erfitt með að byrja á verkum og hafa frumkvæði

Þreyta og úthaldsleysi

- Öll verkefni taka lengri tíma en áður
- Hefur ekki úthald til að ljúka verkefnum

Að rata og átta sig á umhverfinu

- Á erfitt með að leggja mat á fjarlægðir og áttir
- Á erfitt með að rata
- Á erfitt með að vita hvaða dagur er og hvað klukkan er
- Tími getur virkað sérstaklega langur eða stuttur

Verkstol

- Á erfitt með að nota verkfæri
- Á erfitt með að gera hlutina í réttri röð

Málstol

- Á erfitt með að tjá sig með tali eða skrift
- Á erfitt með að skilja það sem sagt er

Sjúkdómsinnsæi og raunveruleikatengsl

- Ofmetur getu sína
- Gerir lítið úr vandamálum sínum eða kennir öðru eða öðrum um

Hegðun og tilfinningar

- Grætur eða hlær án þess að ætla sér það
- Verður uppstökkur, gefst fljótt upp eða verður þunglyndur
- Er mjög upptekinn af sjálfum sér og skortir hluttekningu
- Fer ekki eftir almennum hegðunarreglum samfélagsins
- Skortir sjálfstraust og sjálfsvirðingu

Önnur einkenni

- Lömun í vöðvum getur valdið t.d. tvísýni, holti eða skertri fingrafími
- Flog
- Svefntruflun
- Andlegt og líkamlegt úthaldsleysi



Félagið Hugarfar var stofnað 21. febrúar 2007 vegna brýnna þarfa einstaklinga með áunnin heilaskaða og aðstandenda þeirra til að ræða saman og vinna að framgangi úrræða í endurhæfingu, fræðslu um heilaskaða og almennan hag fólks með þessa fötlun. Hugarfar er í samstarfi við fagráð um heilaskaða.

Hugarfar er aðili að Öryrkjabandalagi Íslands og BIF sem eru Evrópusamtök fólks með áunnin heilaskaða.



Heimasíða: www.hugarfar.is
Tölvupóstfang: hugarfar@hugarfar.is
Sími: 661-5522