

# VAD HAR FUNGERAT I MIN VARDAG?

MÖT PERSONER MED AFASI OCH DERAS ANHÖRIGA/NÄRSTÅENDE  
AFASI-SPRÅKNEDSÄTTNING VID EN FÖRVÄRVAD HJÄRNSKADA



# INLEDNING

I denna folder kommer du kunna läsa om egna upplevelser från personer med afasi och deras anhöriga. Vi har valt att ställa sex frågor som handlar om hur det har varit och hur det är idag. Sammanlagt är det 23 personer med afasi och 7 anhöriga/närstående.

I slutet av foldern hittar du tips på hur du kan underlätta ett samtal med någon som har afasi. Det finns även tips på webbsidor och böcker och så vidare.

## KORT OM AFASI

Afasi uppstår efter en förvärvad hjärnskada. Cirka 7000-10 000 personer får afasi varje år.

### Exempel på förvärvade hjärnskador

- » Stroke
- » Hjärntumör
- » Trafikolycka
- » Våld mot huvudet

### Afasi innebär ofta svårigheter att

- » Tala
- » Förstå språk
- » Läsa, skriva och/eller räkna
- » Komma ihåg saker
- » Minnas

## En kort sammanfattning av svaren vi fått

- » Många upplever att det är jobbigt och omtumlande att inte kunna kommunicera som förut och att det även är vanligt med fysiska nedsättningar.
- » Oro för hur det ska gå – kommer jag att bli bättre?
- » Träna på att prata, skriva, läsa och den fysiska delen eftersom många har fått nedsättningar i arm och ben.
- » Få tid att prata (ges tid).
- » Viktigt att delta på aktiviteter med andra (fast det i början kan kännas jobbigt).
- » Hitta andra sätt att kommunicera på tex kroppsspråket, tumme upp/ tumme ner, ett ord i taget, penna och papper m.m.
- » Många upplever förbättringar även lång tid efteråt.



# DESSA FRÅGOR STÄLLDE VI TILL DEM MED AFASI

- » När fick du afasi?
- » Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?
- » Hur kommunicerade du i början?
- » Hur gör du idag?
- » Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?
- » Vad har varit den största utmaningen?

## Man 72 år

- » **När fick du afasi?**  
2009
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Vakuum "vad händer".  
Besviken, Arg, Ledsen, ganska tyst.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Talade hyfsat.
- » **Hur gör du idag?**  
Pratar.  
Fastnar ibland i samtal.
- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Ge tid, få tid att tala och delta.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Hinna med i diskussioner.  
Jobbigt när jag skriver, läser hyfsat men inte långa stycken, blir trött.

## Kvinna 79 år

- » **När fick du afasi?**  
2014
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Inget tal, halvsidesförlamning.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Pratade inget.  
Gick på rehab. Gick hos logoped och kom sedan till Mötesplats Afasi.

» **Hur gör du idag?**

Pratar.  
Padda.  
Går själv.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Sitt inte hemma.  
Ta del av evenemang i utsträckning man orkar.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att komma till Mötesplats Afasi.  
Tänkte vad ska jag dit och göra – Men det blev jättebra där.

## **Man 60 år**

» **När fick du afasi?**

2001

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Det var svårt kunde bara säga ja och nej.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Kroppsspråket

» **Hur gör du idag?**

Svar gör allt utom att skriva med papper och penna.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Att ha tålamod och det blir bättre med tiden.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att komma tillbaka, när jag fick åka till Kanarieöarna och träna i 3 veckor var till en stor hjälp för mig.

## **Kvinna 62 år**

» **När fick du afasi?**

2004

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Jobbigt kunde inte prata alls.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Kroppsspråket plus att jag var på avd 70 i två månader och börja träna på att säga mitt namn.

» **Hur gör du idag?**

Kan göra allt, utom när jag är trött.

- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Kämpa på och inte vara negativ.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Att prata i telefonen när jag började på Afasiföreningen.

## **Kvinna 60 år**

- » **När fick du afasi?**  
2019 (Covidtiden)
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Lite förlamad i benet, mest i handen. Vänster sida.  
Hade känslan att bli förbisedd på grund av Covid.  
Talet svårt.  
Hjärntrötthet (fortfarande).
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Fungerade bra.
- » **Hur gör du idag?**  
Pratar, hakar upp mig ibland.
- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Inte ge upp.  
Träna.  
Ta del av föreningsliv.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Att inte få rida (stort intresse).  
Inte klara av att åka skidor (dålig balans).  
Inte köra bil.

## **Man 53 år**

- » **När fick du afasi?**  
2012
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Det var ett skit.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Sa inte ett ord.  
Tumme upp/ner.  
Kunde inte prata men försökte ändå, men det mesta blev fel.  
Gick till grannarna för att få prata.
- » **Hur gör du idag?**  
Idag pratar jag.  
Kan säga fel men då får andra rätta mig.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Man måste få lugn och ro, då går det lättare att prata.  
Ingen stress.  
Folk får inte lägga sig i.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Lära mig att gå – trodde jag skulle sitta i rullstol.  
Halva kroppen är borta, men nu går det bra ändå.

## **Kvinna 65 år**

» **När fick du afasi?**

2020

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Inget tal – i många veckor.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Kommer ej ihåg.

» **Hur gör du idag?**

Pratar.  
Svårt med skidor, balansen.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Mötesplats Afasi.  
Inte ge upp.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Idag går jag på afasin (Mötesplats Afasi) vilket är bra.  
Idag kan jag inte prata i telefon (svårt att ringa, knappval och förmedla det jag vill).

## **Man 66 år**

» **När fick du afasi?**

1997

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Det var svårt.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Ingenting från början, men sen började komma lite ord i min mun sen blev det bättre och bättre.

» **Hur gör du idag?**

Idag gör jag allt, fast det är svårt att skriva. Men när jag använder datorn då går det bättre.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Att prata och prata om det inte går prova att sjunga.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att komma tillbaka.

## **Kvinna 65 år**

» **När fick du afasi?**

2012

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Dålig.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Stakade mig fram.

Sa endast ett ord i taget.

Svarade på ja/nej-frågor, men det kunde bli fel. Fick tex frågan på sjukhuset om jag ville ha kvällsmacka. Svarade Nej, men ville egentligen ha och menade Ja. "Slipp då" sa personalen på sjukhuset.

» **Hur gör du idag?**

Det går lättare idag.

Glömmer vissa ord.

Tar telefon/lpad till hjälp för att komma på vissa ord.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Talet blir bättre!!

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att gå!!

Att prata med okända människor, det går lättare med dem man känner.

## **Man 70 år**

» **När fick du afasi?**

26/10 2007

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Södersjukhuset trombolys – tog inte.

Karolinska – de är bra på att ta ut proppar genom ljumsken. Röntgen visade att proppen splittrats i 3 delar och då var det för trångt i blodådern att göra något åt det.

Kunde inte prata på flera månader.

3 månader efter stroke sa jag mitt första ord. Hade börjat ljuda – MMM, -AAA och satte då ihop det till MA-MA.



» **Hur kommunicerade du i början?**

Kunde först inte prata.

Kunde läsa efter en vecka. Min syster gjorde ett papper med ord som jag kunde peka på för att förmedla mig. T.ex. pekade på "sköterska" när jag ville ha tag i en sköterska.

» **Hur gör du idag?**

Inga problem att säga någonting.

Hakar upp mig på diverse ord och svårt att formulera mig – men det är inget jag tänker på.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Träna, Träna, Träna!

» **Vad har varit den största utmaningen?**

En utmaning att tappa talet och att räkna. Har varit duktig på huvudräkning. Kunde räkna procent i huvudet, men det är borta nu.

## Man 78 år

» **När fick du afasi?**

2020

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Minns inte så mycket.

Svårt med talet & högersidigt förlamad.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Pekade med fingret och fick fram några ord, men det kunde bli fel.

» **Hur gör du idag?**

Talet har blivit mycket bättre, fastnar ibland på ord.

Förtydligar genom att peka (med kroppsspråket).

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Bättre att prata än att inte prata (även om det ibland blir fel).

Det är bra att träna på att få fram orden.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att prata.

## Man 83 år

» **När fick du afasi?**

Ca 3 år sen

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Pratade lite grann, svårt att hitta ord.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Pratade och lärt mig genom öva.

- » **Hur gör du idag?**  
Som vanligt prata.
- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Ta det lugnt.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Att hitta alla ord igen.

## **Kvinna 67 år**

- » **När fick du afasi?**  
Oktober 2020
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Dålig,  
Kämpigt, deppig.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Svårt att prata, kunde inte skriva inte heller siffror.
- » **Hur gör du idag?**  
Pratar hyfsat.  
Kämpar att skriva.  
Svårt med matte.  
Blir nervös i telefonen.
- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Öva och träna hela tiden.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Hjärntrött! Påverkar mycket. Läkare tar sig inte tid, de pratar fort.

## **Man 64 år**

- » **När fick du afasi?**  
2011
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Kunde prata, men fastnade på orden. Hakade upp mig.  
Läsa och skriva var svårt i början.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Pratade, men långsamt.  
Fick hjälp att hitta rätt ord och de ställde frågor.
- » **Hur gör du idag?**  
Pratar. Det har blivit bättre.  
Hittar ord och pratar snabbare.  
En arbetsterapeut uppmärksammade att jag pratade snabbare, då hade jag inte tänkt på det själv.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Ge inte upp!

Man kan bli bättre med tiden, flera år senare.

Jag har själv upplevt det.

Använd papper och penna, försök skriva det du menar.

Försök vara ute bland folk, dra dig inte undan.

Träffar man folk får man chans att prata (träna). Det blir trevligare.

Träna och träffa folk på Mötesplats Afasi.

Vara med på aktiviteter som Afasiföreningen ordnar. Det har gett mig mycket. Träffar folk att prata med och är trevligt.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att gå, komma upp på benen igen och få tillbaka armen. Det funkar bra idag.

Fått mycket hjälp av avd 70 på Sandvikens sjukhus.

Att få instruktioner och teknik.

Är svårt med mobil, TV osv.

## **Kvinna 50 år**

» **När fick du afasi?**

1999

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Talet var borta.

Ja blev nej, och nej blev ja.

Hade rätt ord i huvudet, men det kom ut fel.

Inte riktiga ord, ingen förstod.

-"Cykla på taket" (skulle vara klättra på taket.)

Det blev kaiko!

Blev förbannad för att jag inte kunde säga rätt saker. Blev arg på mig själv, inte på samtalspartnern, men de kunde nog uppfatta det så.

Ville inte prata. Sa nej eftersom det kunde bli fel. Blev tyst.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Var på sjukhus/rehab första halvåret.

Försökte med talet, ynka ord – men personalen förstod.

De hade gissningslekar för att komma på vad jag menade och jag använde armar och ben (kroppsspråket).

» **Hur gör du idag?**

Pratar, använder talet.

SMS.

Ibland papper och penna.

Funkar bra om det är några. Är det många, t.ex. vid rasten på jobbet blir det svårare, då blir jag tyst.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Kämpa! Både för tal och fysiskt (vid förlamning).  
Tro inte att du ska sitta själv hemma, bli inne.  
Farligt att vara det länge.  
Vanligt att man blir deprimerad. Blir en tyst mus.  
Var ute!! Ut och rör på dig!  
Säg "Hej" till någon. Kan du säga hej så kan de fortsätta pratet.  
Gå på Mötesplats Afasi.  
Sitta och prata.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att jag har kunnat blivit så bra.  
Pratar normalt.  
Tagit körkort.  
Vägen dit har varit utmanande, från att inte kunna säga någonting till att prata någorlunda obehindrat.

## **Man 52 år**

» **När fick du afasi?**

3/12 1990 Pga en olycka.

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Kommer inte ihåg så mycket.  
Kunde inte ett ord.  
Läsa och skriva var också svårt.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Kunde inte ett ord.  
Tränade, tränade, tränade.  
Logoped Katarina H på Sandviken rehab.  
Första ordet jag kunde säga var "ettans snus".

» **Hur gör du idag?**

(Fått mer sjukdomar. Har sjukersättning).

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Vara med andra så man får chans att prata och öva talet.  
Hjälpa varandra.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Andra har inte förstått vad som är svårt för mig. Har man rullstol syns det att man har ett handikapp, det syns inte på mig. Nu vågar jag säga vad som är svårt och be dem förklara så jag förstår.  
Körkortet.

## Kvinna 57 år

### » När fick du afasi?

2020

### » Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?

Skrämmande att folk inte förstod en.

### » Vad gjorde alla människor med mig?

Jag visste att jag fått en stroke – men ingen sa något. Ingen sa vad som var fel.

De gjorde inte mig eller sig förstådda.

Läskigt.

Rädsla.

### » Hur kommunicerade du i början?

Jag drog i folk – pekade på folk.

Jag trodde att jag pratade med dem, men det gjorde jag inte.

På Danderyd förstod de mig, och när jag fick förståelsen började jag prata.

Svordomar.

Första veckorna kom också fina ord, som jag aldrig använt varken före eller efter.

### » Hur gör du idag?

Försöker hålla igång så mycket det går.

Ju mer jag pratar, desto bättre går det.

Tar alla tillfällen.

Måste hålla igång på vilket sätt man är kommunicerar, vare sig det är med prat, bilder eller annat.

### » Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?

Träffa folk.

Prata på.

Allt är språk – måla, rita, peka, vissla, sjunga, visa bilder m.m.

Alla har olika språk. Vilket är ditt språk?

### » Vad har varit den största utmaningen?

Att få andra att förstå att det inte bara är talet som är afasi.

T.ex. hörförståelse, kom ihåg, siffror, läsa m.m.

Att få hjälp att träna till vardags. Att hitta människor att prata med i vardagen.

## Man 68 år

### » När fick du afasi?

2004 fick jag Afasi

### » Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?

Svårt att prata och att förstå.

- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Kroppsspråk lite tal.
- » **Hur gör du idag?**  
Pratar dåligt och använder telefonen.
- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Ta det lugnt.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Att prata.

## **Kvinna 59 år**

- » **När fick du afasi?**  
För 15 år sedan.
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Jag hade svårt att prata och gå så jag fick träna.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Jag fick träna på att röra om i kastruller, att prata och att gå med tex. logoped och andra personer.
- » **Hur gör du idag?**  
Jag har tränat upp mig i gång och att röra om i grytorna men har fortfarande lite svårt med talet, men det går bättre.
- » **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**  
Träna och att gå på olika aktiviteter som afasiföreningen har.
- » **Vad har varit den största utmaningen?**  
Att prata har varit störst problem men det går, och jag talar om för alla att jag har haft stroke och har afasi.

## **Man 79 år**

- » **När fick du afasi?**  
1995 fick jag afasi.
- » **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**  
Den var jobbigt kunde inte tala låg först i Gävle sen Sandviken.
- » **Hur kommunicerade du i början?**  
Fick kämpa för att få ut lite ljud från munnen. Och talträna i Sandvikensjukhus.
- » **Hur gör du idag?**  
Pratar lite använder papper och penna plus lpad.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Ge tid lyssna och ta det lugnt.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att kämpa, att inte ge upp men idag mår jag toppen.

## **Kvinna 71 år**

» **När fick du afasi?**

2016

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Minns inte så mycket.

Det var svårt att förstå och hänga med, och jag hade inget tal.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Minns inte riktigt.

Kunde inte.

Behövde mycket tid.

» **Hur gör du idag?**

Jag behöver mer tid.

Ber omgivningen om tid för att få chans att säga det jag vill.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Låt det ta tid. Det kommer.

De andra måste lyssna och vänta in.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Vet inte

## **Man 80 år**

» **När fick du afasi?**

2001

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Det var skit.

Kunde inte prata, skriva, läsa eller gå.

» **Hur kommunicerade du i början?**

Med talet, men det blev inte rätt. Fick fram några ord, om jag hade tur.

» **Hur gör du idag?**

Pratar. Vissa dagar går det bra, ibland sämre.

Det är olika på dagar, dagsformen.

Läsa går bra, men läsa högt är fortfarande svårt.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Ta det lugnt. Jäkta inte för då går det sämre.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Jobbigt med vissa saker eftersom jag bara har en hand (halvsidesförlamad). Men nu går det bra att vända sig i sängen.

När jag skulle åka buss/taxi var det svårt att säga vart jag skulle åka.

Skulle säga Bollnäs men sa Borlänge. Fick då ha en lapp med mig och visa upp, och nu funkar det bra, även på apotek m.m.

Det går bättre om man tar det lugnt.

## Man 66 år

» **När fick du afasi?**

2012

» **Hur var din afasi första tiden efter stroke/olyckan?**

Total, lika som den är nu.

» **Hur kommunicerade du i början?**

-----

» **Hur gör du idag?**

Ritar, använder gester och mimik.

» **Vad är ditt bästa tips till någon annan med afasi?**

Lär dig att rita.

» **Vad har varit den största utmaningen?**





# DESSA FRÅGOR STÄLLDE VI TILL ANHÖRIGA/VÄNNER



- » När fick din partner/vän afasi?
- » Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?
- » Hur är det idag?
- » Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?
- » Vad har varit den största utmaningen?

## Före detta sambo till man 79 år

- » **När fick din partner/vän afasi?**  
2009.
- » **Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?**  
Det var Ja och Nej.  
Visade vad han ville genom att åka fram till det och tog fram saker pekade på saker.  
Hade programmerat in mitt telefonnummer så han kunde ringa, var ju vanlig telefon.  
Ställde ja och nej frågor.  
Ringde gärna i stället för att trycka på larm knappen eftersom han inte riktigt förstod hur den fungerade.  
När han hade hemtjänst var han nyfiken på nya personer tex om någon hade tatuering kunde han peka på den och fick reda på vad det var. Eller om de hade ring på fingret. Ibland förstod de honom och ibland inte.
- » **Hur är det idag?**  
Ungefär lika. Kommit mer med frustration och humör på grund av att de inte förstår honom.  
Dels på grund av många förändringar vid boendet och ny personal.  
Hämtar personal om det är något han vill och tar med dem till lägenheten.  
Vill vara med. Social person.

» **Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?**

Vara lugn och låta det ta tid.

Inte prata om något för länge.

Om man inte kommer fram till det just då och det tar tid, avbryta och återkomma vid ett senare tillfälle.

Visa bilder, peka på bilder. Visa på flera sätt vad man menar och vill säga. Eller be honom visa på flera sätt.

Bred i sitt tänkande.

Ställa frågor på olika vis, byta ord för att det kanske ska bli lättare för honom att förstå.

Ställa frågor så man kan svara ja och nej.

Inte för många runt omkring och prata samtidigt.

Vara respektfull.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

För det första att ha tålamod var speciellt svårt i början.

Kände frustration.

Att förstå vad han menar och göra att han förstod mig.

Har blivit bättre efter tiden gått, blivit mer van och går lättare.

Får fler verktyg på vägen hur man kan göra. Bilder och papper.

Funderade i början mycket på "Hur ska jag förstå honom?"

Ville inte visa hur jobbigt och ledsen jag var. Var ledsen när han inte såg.

Trodde det skulle göra det enklare för honom. Höll allt inom mig.

Gick till kurator i början för att jag skulle må bra. Att dela saker med andra i samma situation har bytt mycket.

## **Fru till man 83 år**

» **När fick din partner/vän afasi?**

Ca 3 års sen

» **Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?**

Med tal de få ord han fick fram.

» **Hur är det idag?**

Pratar men få ta det lugnt.

» **Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?**

Ta det lugnt vänta tills han har pratat klart.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Ensamheten. Lite hjälp från Logopederna. Som anhörig får man ingen uppföljning.

## Syster till man 75 år

### » När fick din partner/vän afasi?

Oktober för 5 år sedan 2018.

### » Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?

Ingen kommunikation alldeles i början.

Sedan kunde det komma Jaa, trodde det skulle komma mer men gjorde inte.

Kroppslig kommunikation.

### » Hur är det idag?

Har blivit bättre och bättre med kroppsspråket och ljud.

Gestikulera med händerna, pekar och ljudligt, till exempel om man går för nära något, visar att det finns smulor och plockar ihop servetter och tallrikar.

### » Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?

Skriva stödord på papper, lyssna och ge en chans att svara själv på något sätt. Ge tid.

Ställa raka frågor inte flera alternativ samtidigt.

### » Vad har varit den största utmaningen?

Funderar på om brorsan får det han har möjlighet/rätt att få.

Få leta så mycket själv, istället skulle få svar på vad det som finns.

Slippa behöva ta reda på allt själv.

Slippa tänka på om han verkligen får det han behöver och att det verkligen sker.

Anhöriga ska behöva få vila, tryggt i den situation de har hamnat i och kunna lita på att det fungerar. Mer återkopplingar vad som händer runt honom.

Att det sker mer automatiskt med uppföljningar med boende och personal runt omkring honom.

## Fru till man 75 år

### » När fick din partner/vän afasi?

För fyra års sen.

### » Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?

Det var kört, kunde bara säga ja och nej.

### » Hur är det idag?

Samma sak.

### » Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?

Han förstår mig när man pratar tydligt.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Jobbigt hela mitt liv har förändrats. Man blir så frustrerad och han blir så lätt arg.

## **Sambo med kvinna 59 år**

» **När fick din partner/vän afasi?**

2010

» **Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?**

Svårt att prata. Förlamad i höger arm och lite i höger ben.

» **Hur är det idag?**

Mycket bättre med allt. Men det kan låsa sig med talet ibland nu också.

» **Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?**

Att vara lugn och lyssna. Att det får ta sin tid att få fram orden ibland.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

Att inte hoppa in med orden hela tiden när hon pratar.

## **Son till kvinna 59 år**

» **När fick din partner/vän afasi?**

2010

» **Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?**

Jag minns inte riktigt för jag var bara 7 år.

» **Hur är det idag?**

Det är bra.

» **Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?**

--

» **Vad har varit den största utmaningen?**

## **Assistent till man 66 år**

» **När fick din partner/vän afasi?**

2012

» **Hur upplevde du att din partner/vän kunde kommunicera i början?**

Var ej med då. Träffade honom första gången 2017.

» **Hur är det idag?**

Afasin är total, lika som efter stroke.

» **Vad är ditt bästa tips för kommunikationen ska fungera så bra som möjligt?**

Träffa olika människor för att träna kommunikation i lugn och ro. Man kommunicerar olika med olika människor.

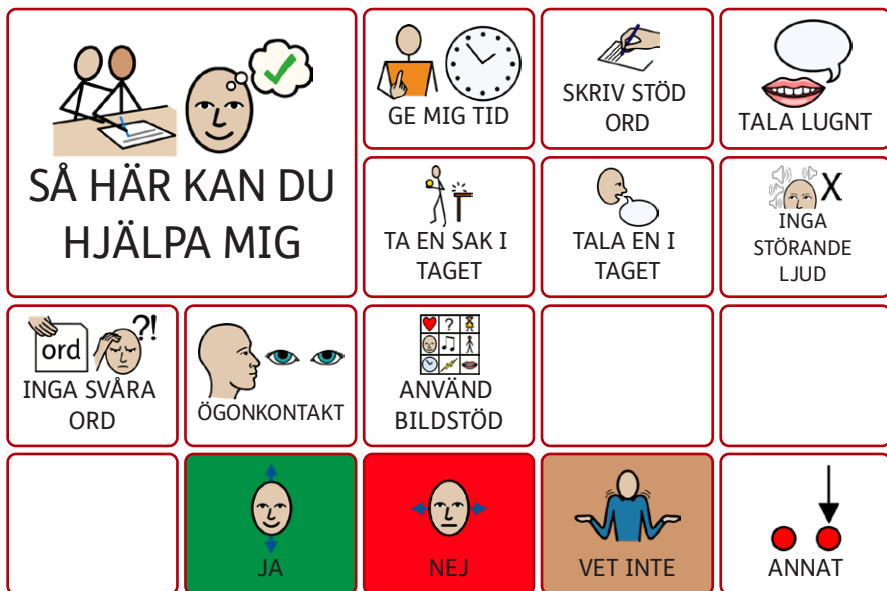
Hos oss gjorde han stora framsteg när vi blev fler assistenter som jobbade med honom.

» **Vad har varit den största utmaningen?**

---

## Hur du kan underlätta ett samtal med någon med afasi

- » Ge tid, ha tålamod
- » Skriv stödord
- » Tala lugnt
- » Tala en i taget
- » Ta en sak i taget
- » Inga störande bakgrundsljud
- » Använd lätta ord
- » Ha ögonkontakt



# HÄR KAN DU LÄSA MER OM AFASI

## Webbsidor

### Gävleborgs Afasiförening

[www.afasigavleborg.se](http://www.afasigavleborg.se)

Där kan du bland annat läsa om Mötesplats Afasi (personer med afasi tränar sin kommunikation, ej med logoped) och föreningsaktiviteter.

### Afasiförbundet i Sverige

<https://afasi.se>

### Strokeförbundet

<https://strokeforbundet.se/vad-ar-stroke/konsekvenser-efter-stroke>

### Hjärnfonden

<https://www.hjarnfonden.se/om-hjarnan/diagnoser/afasi>

## Böcker

Finns att beställa hos Afasiförbundet i Sverige <https://afasi.se>:

Afasi och samtal, goda råd om kommunikation.

Dagen när allt förändrades.

Katt börjar på S

### Broschyrer

Information till vårdpersonal – Möte personer med afasi

Information till anhöriga – Leva med afasi

Lättläst om afasi

Lättläst om hjärntrötthet

Finns att beställa hos Afasiförbundet i Sverige <https://afasi.se>

Bibliotek har också en del böcker.

# BRA TIPS OCH WEBBSIDOR OM HJÄLPMEDEL OCH BILDSTÖD/ KOMMUNIKATIONSKARTOR

## Här hittar du nedladdningsbart material för kommunikativt och kognitivt stöd i vardagen

### Studieförbundet Vuxenskolan Gävleborg

<https://www.sv.se/avdelningar/sv-gavleborg/projekt-och-uppdrag/afasi/bildstod2>

### Afasiförbundet i Sverige

<https://afasi.se/bildstod-afasi-2>

### Region Uppsala

<https://regionuppsala.se/infoteket/hitta-tips-och-verktyg/material-att-ladda-ner/>

### Region Stockholm

<https://www.habilitering.se/fakta-och-rad/material-att-ladda-ner---sok-sjalv/?c1=&c2=&c3=&c4=&c5=&sortOrder=year&page=1&q=Bildark>

### Västra Götalandsregionen

<https://www.vgregion.se/ov/dart/fardigt-material/vard/hitta-bildstod/>

Här finns många baskartor på svenska och på andra språk. Det mesta är dock riktat mot vård eller specifika undersökningar.

### Riksförbundet DHB (döva, hörselskadade barn)

<https://www.dhb.se/bildstod/bildstod-foreningsverksamhet/bildstodmaterial>

### Tobiidynavox

<https://se.tobiidynavox.com/collections/low-tech-aac/products/core-first-communication-boards>

## Skapa eget material eller skriva ut färdigt

<https://papunet.net/svenska/information/kommunikationskarta>

<https://bildstod.se>

Är gratis men behöver skapa ett konto.

## Program för att skapa eget material eller program att abonnera på

### WidgitOnline från Symbolbruket

<https://www.symbolbruket.se> Program för att skapa eget material. Finns olika abonnemang.

### Tobiidynavox

<https://se.tobiidynavox.com/collections/low-tech-aac/products/core-firstcommunication-boards>

## BRA TIPS OCH WEBBSIDOR OM KOGNITIVA HJÄLPMEDEL

### Region Gävleborg

<https://www.1177.se/Gavleborg/behandling--hjalpmedel/hjalpmedel/kognition-och-kommunikation/hjalpmedel-for-kognitivt-stod-och-kommunikation/>

### Underbara ADHD

<https://www.underbaraadhd.se/tips-rad/kognitivt-stod>

### Region Stockholm

<https://www.funktionshindersguiden.se/barn/hjalpmedel/kognitiva-och-kommunikativa-hjalpmedel/>

### Skövde kommun

<https://skovde.se/socialt-stod/kognitivtvardagsstod/>

## KONTAKTUPPGIFTER

### Gävleborgs Afasiförening

026-27 04 90

[gavleborgs.afasi@telia.com](mailto:gavleborgs.afasi@telia.com)

### Studieförbundet Vuxenskolan Gävleborg

020-120 28 08

[gavleborg@sv.se](mailto:gavleborg@sv.se)

