Ergoterapeutisk intervention i kommunalt regi ved kognitive vanskeligheder

Kognitive kommunikationsvanskeligheder

DTHS - talesøjlenetværk

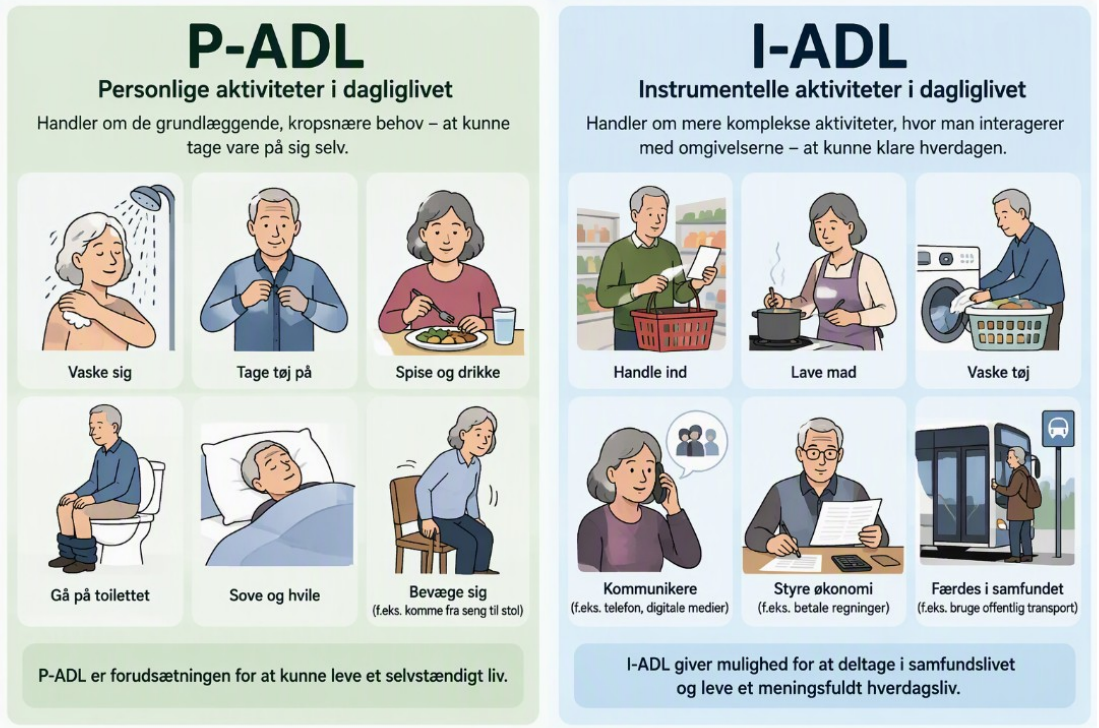


Præsentation

- Diana Jensen
- Ergoterapeut
- Ansat ved Tønder kommune, Træning og Rehabilitering
- Genoptræning af mennesker med neurologiske problemstillinger

Ergoterapeutisk fokus:

- At muliggøre meningsfuld aktivitet og deltagelse i hverdagslivet
- ADL = Almindelig Daglig Levevis/ Activities of Daily Living



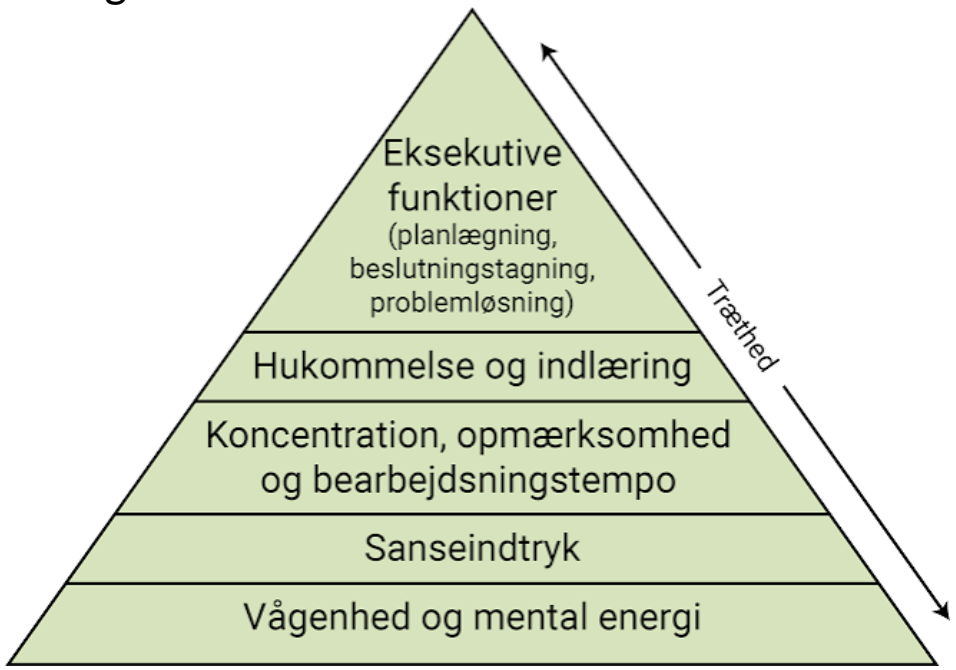
Kilde: Åse Brandt m.fl. (2016), Basisbog i ergoterapi

Kognition

- Definition:

Kognition betyder tænkning og er dermed en forudsætning for at kunne agere målrettet og hensigtsmæssigt i forhold til sig selv og omgivelserne.

- Den kognitive pyramide



kilde: Borg m.fl. (2003), Basisbog i ergoterapi – aktivitet og deltagelse i hverdagslivet

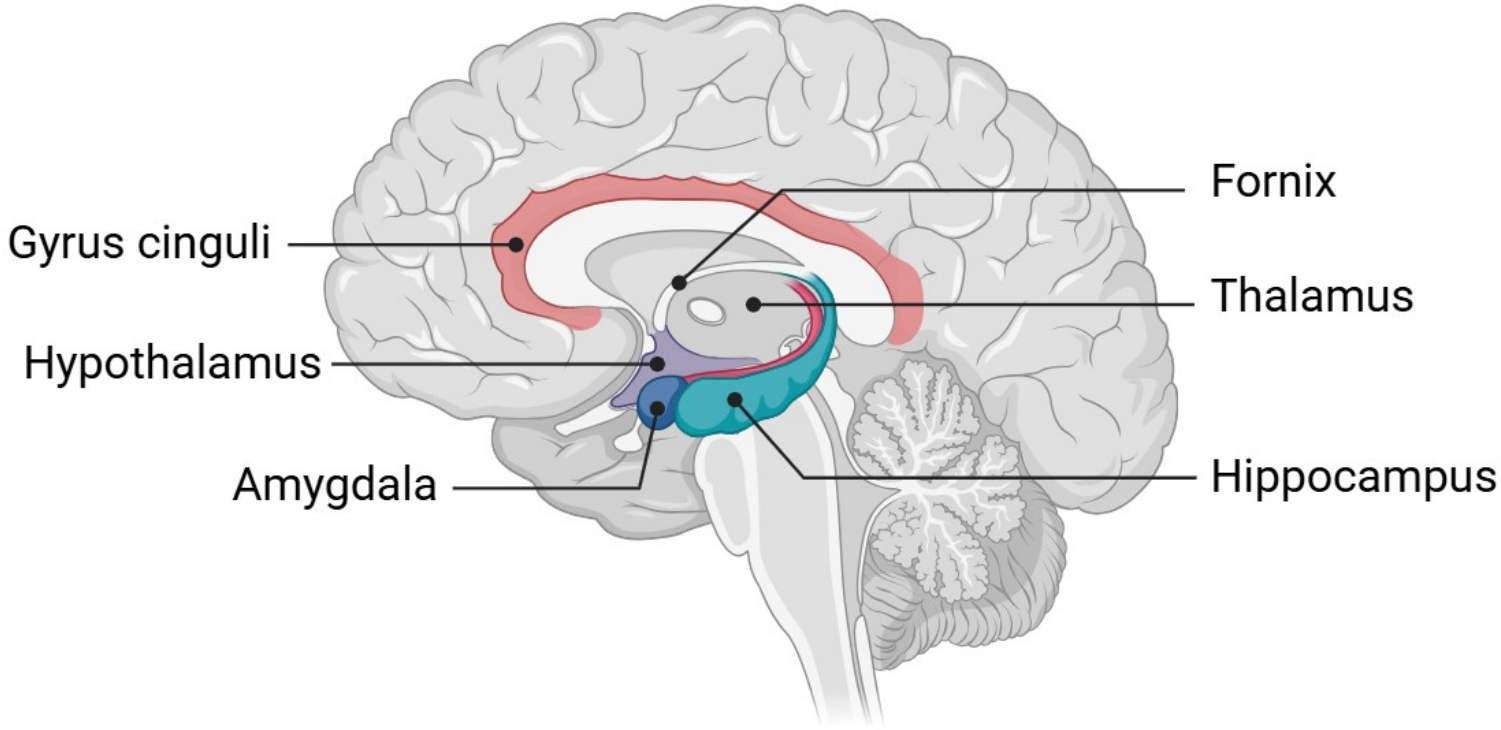
Kilde: UlykkesPatientForeningen. Når de kognitive funktioner påvirker hinanden.

Redigeret af REHPA.

Årsager



- Hukommelsesbesvær er den hyppigste ”klage”

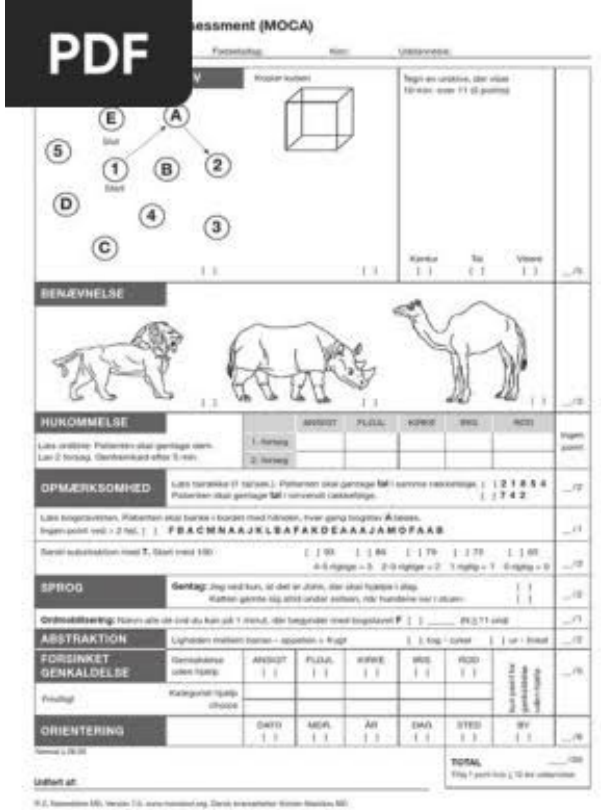


Kilde: https://lex.dk/

Tests

- MOCA https://videnscenterfordemens.dk/da/montreal-cognitive-assessment-moca
- OCS https://psy.ku.dk/nyheder/2019/20-minutter-test-kan-sikre-bedre-hjaelp-til-apopleksi-ramte
- AMPS https://ac-ergoterapi.dk/
- MFI-20 https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/neuro/vnr/toolbox/sider/mfi-20.aspx





Multidimensional Fatigue Inventory
***** MFI-20 *****

Vejledning:

Ved hjælp af de følgende udsagn vil vi gerne have et indtryk af, hvordan De har haft det i den senere tid. Der er f.eks. udsagnet:

"JEG FØLER MIG AFSLAPPET"

Hvis De mener, at det er fuldstændigt rigtigt, dvs., at De har følt Dem afslappet i den senere tid, så skal De sætte kryds i det yderste venstre felt; sådan:

ja, det er rigtigt						nej, det er ikke rigtigt
	x					

Jo mere De er uenig i udsagnet, jo mere i retning af "nej, det er ikke rigtigt" skal De placere krydset. De bedes venligst tage stilling til alle udsagnene, og sætte et kryds ud for hvert udsagn.

		ja, det er rigtigt						nej, det er ikke rigtigt
1.	Jeg føler mig veloplagt							
2.	Fysisk kan jeg ikke gøre ret meget							
3.	Jeg føler mig meget aktiv							
4.	Jeg har lyst til at gøre alle mulige rare ting							
5.	Jeg føler mig træt							
6.	Jeg synes, jeg laver meget på en dag							
7.	Når jeg laver noget, kan jeg fastholde tankerne på det							
8.	Fysisk kan jeg overkomme meget							
9.	Jeg gruer for at skulle lave noget							

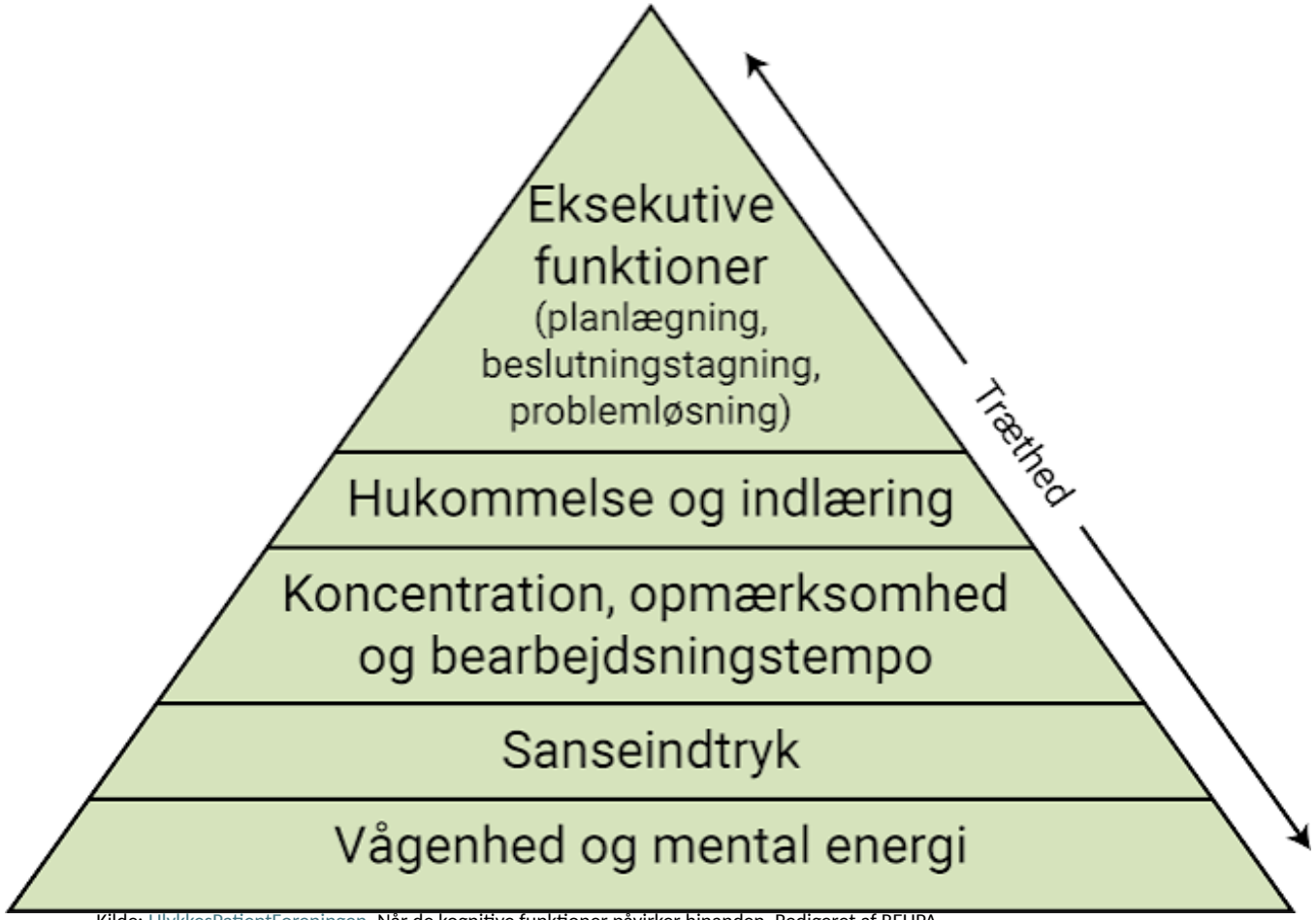
© E.Smets, B.Garssen, B.Bonke. Dansk version 1.0.

Intervention

- Psycoeducation og energiforvaltning
- Direkte træning af udfald
- Kompensering

Intervention

Energiforvaltning



Kilde: UlykkesPatientForeningen. Når de kognitive funktioner påvirker hinanden. Redigeret af REHPA.

Intervention

Fatigue

- Fatigue kaldes også hjernetræthed



Kilde: https://www.rigshospitalet.dk/afdelinger-og-klinikker/neuro/vnr/toolbox/traethed/Sider/default.aspx

Intervention

Energiforvaltning

- Struktur

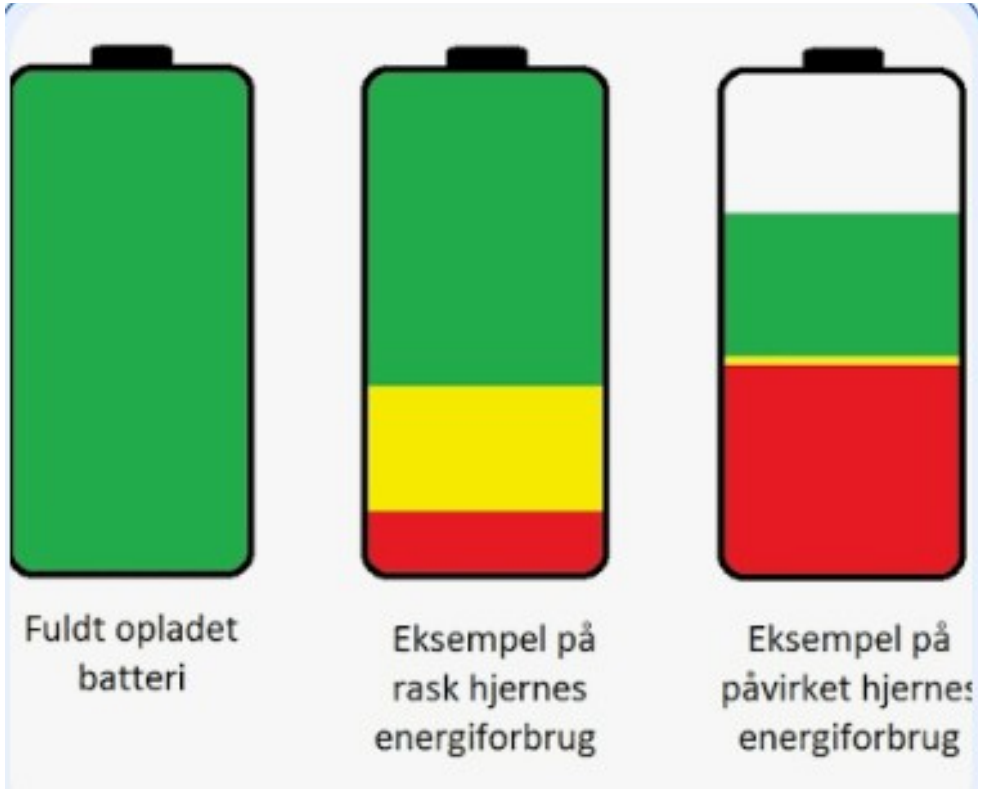
	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag	Lørdag	Søndag
Morgen							
Formiddag							
Eftermiddag							
Aften							

Kilde: https://hjerneliv.dk/ugeskema-med-lyssignalet/

Intervention

Energiforvaltning

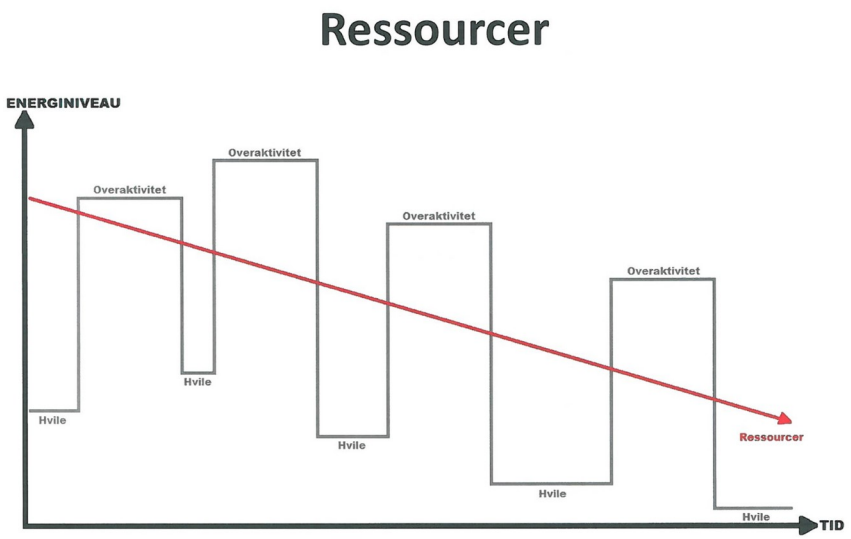
- Hjernepauser/hvil

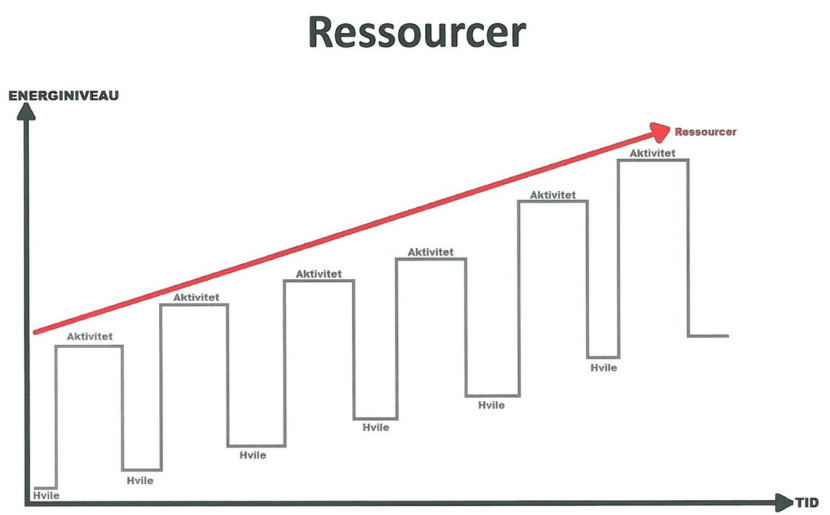


Kilde: https://www.auh.dk/patientvejledninger/fysio-og-ergoterapi/hoved-og-hals/hoved-og-ansigt/hjernetrathed-som-folge-af-skade-pa-eller-pavirkning-af-hjernen/

Intervention

Energiforvaltning





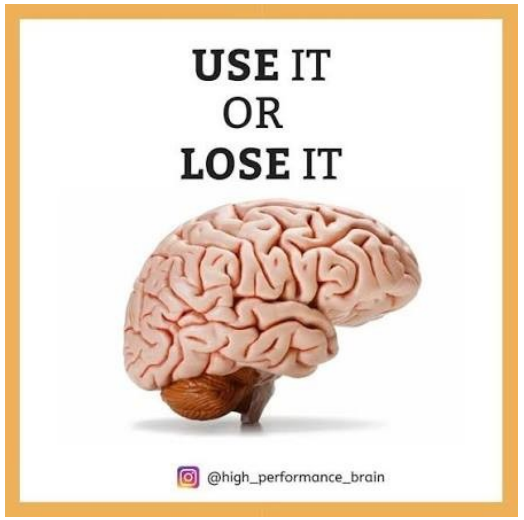
Kilde: Center for hjerneskade, Kbh.

Intervention

Træning

Dual-task training (f.eks. SMART-training)

https://www.dgi.dk



https://depositphotos.com/da/vector/train-your-brain-poster-with-lettering-dumbbells-exercises-105549000.html

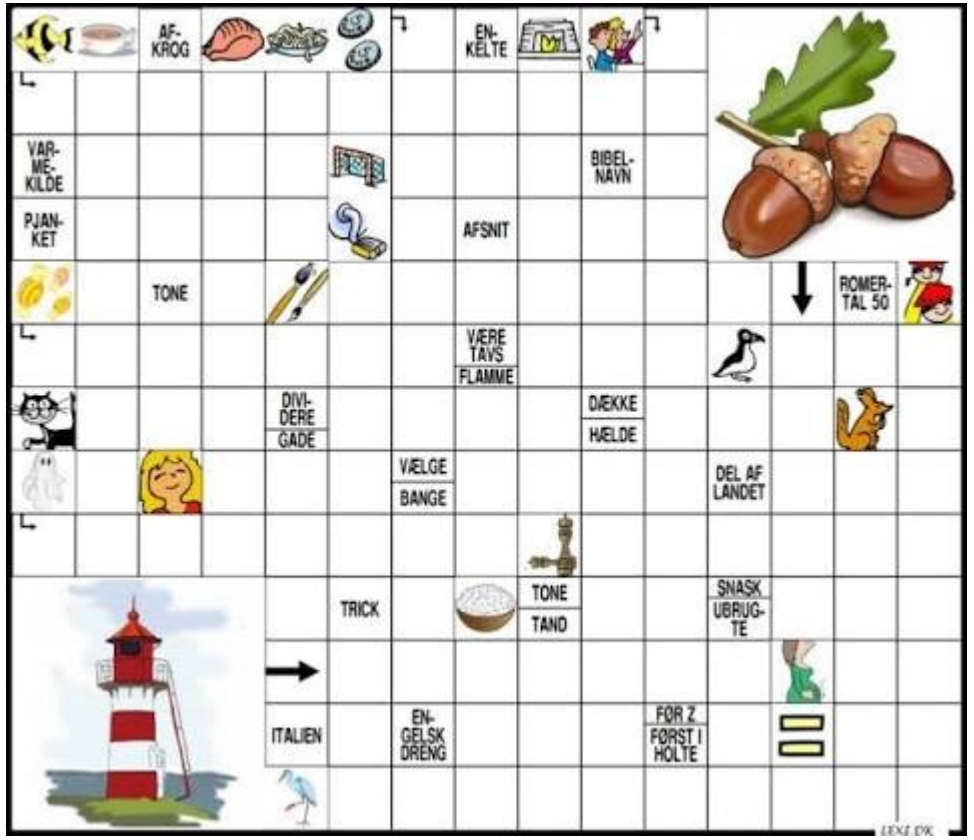


Intervention

Træning

Skrivebordsopgaver

1	2						3	
					1			5
8		3	4	2				
		8					2	
	7		5	1				3
			9		2		4	7
7	8	5	2		3	1	6	
2	9		6	5	4	3	7	
		4				9	5	



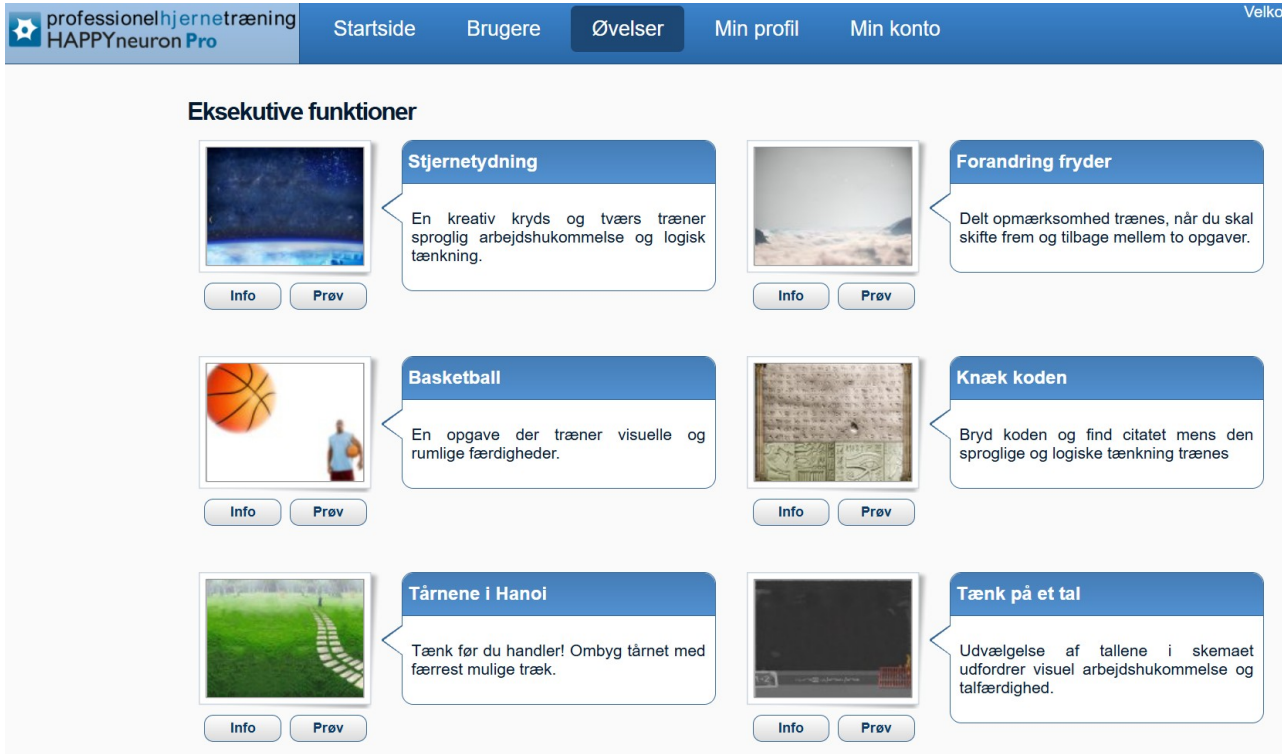
Intervention

Træning

Web- eller App-baseret træning

(f.eks. Professionel hjernetræning)

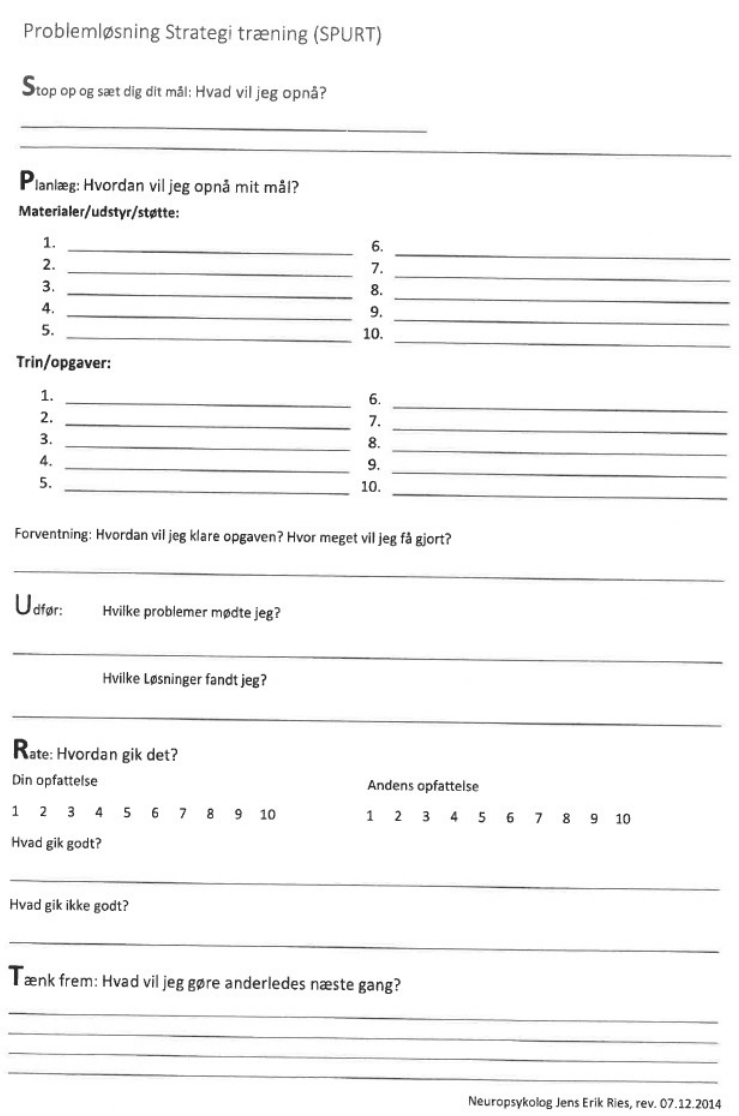
https://dk.scientificbraintrainingpro.eu



Interventioner

Kompensering

- ADL
- Meta-kognitive strategier
- Pårørendesamarbejde



Problemløsning Strategi træning (SPURT)

Stop op og sæt dig dit mål: Hvad vil jeg opnå?

Planlæg: Hvordan vil jeg opnå mit mål?

Materialer/udstyr/støtte:

1. 6.
2. 7.
3. 8.
4. 9.
5. 10.

Trin/opgaver:

1. 6.
2. 7.
3. 8.
4. 9.
5. 10.

Forventning: Hvordan vil jeg klare opgaven? Hvor meget vil jeg få gjort?

Udfør: Hvilke problemer mødte jeg?

Hvilke Løsninger fandt jeg?

Rate: Hvordan gik det?

Din opfattelse

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Andens opfattelse

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Hvad gik godt?

Hvad gik ikke godt?

Tænk frem: Hvad vil jeg gøre anderledes næste gang?

Neuropsykolog Jens Erik Ries, rev. 07.12.2014

Take home message

- Energiforvaltning

- Deltagelse i meningsfulde dagligdags aktiviteter