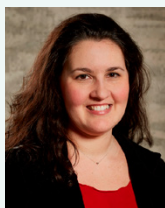


# Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar



**ALESSANDRA HEDLUND** är överläkare, specialist i psykiatri och studierektor vid Norra Stockholms Psykiatri. Mellan 2019 och 2021 var hon ordförande i Svenska Psykiatriska Föreningen. Hon har mer än tio års klinisk erfarenhet av att arbeta med vuxna med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

## När hjärnan skapar hinder

Autism och ADHD brukar kallas funktionsnedsättningar. Det skiljer sig på olika sätt från en sjukdom, i första hand för att det är miljön, omgivningen, som skapar hinder. För en person i rullstol är en trappa en utmaning. Hjälpmedlet för att komma vidare är en hiss eller ramp.

Hos personer med autism och ADHD handlar utmaningarna om hjärnan, kognitionen och funktioner som uppmärksamhet och kommunikation. För att erbjuda god vård på individens villkor behöver man arbeta med hjälpmedel av kognitiv natur.

## FLERA UTMANINGAR

Det finns flera kognitiva utmaningar hos vuxna med autism och ADHD:

- Uppmärksamhet
- Kommunikation
- Tidsuppfattning
- Orientering
- Hantera känslor
- Socialt samspel
- Hantering av sinnesintryck

## Strategier som hjälper efter behov

Det finns goda möjligheter att utveckla strategier och stödstrukturer som hjälp för personer med autism och ADHD. Det är viktigt att personen äger sina strategier och kan ta till dem vid behov. Annars finns en risk att strategin blir personberoende. Till exempel att det är lättare att kommunicera med en viss personal.

## Starka och svaga sidor

Att tala om starka och svaga sidor kan vara mer korrekt än att tala om funktionsnedsättning eller funktionsvariation.

Ojämna förmågor är ett annat mer rättvisande – och komplext – begrepp. En person kan ha normal begåvning enligt psykologens mätningar. Samma person kan inte koka kaffe eller betala räkningar. Det är ett exempel på ojämna förmågor.

Gunilla Gerland har skrivit mycket om den här typen av tillstånd. Hon brukar likna en ojämn begåvning vid många olika åldrar i en och samma person. Ofta avgör miljön om man kan vara sin nuvarande ålder eller behöver ta till strategier från en tidigare utvecklingsnivå.



Foto: Yen Krukau

**PERSONER MED AUTISM, ADHD** eller intellektuell funktionsnedsättning kan behöva hjälp med kommunikationen.

## Viktiga delar i hjärnan mognar sent

Autism och ADHD kan liknas vid en försenad utveckling i hjärnan. Hjärnan mognar fram till ungefär 26 års ålder. Delarna som utvecklas sist, pannloberna, är just de delar vi behöver som vuxna. De sköter funktioner som uppmärksamhet, koncentration och kommunikation.

## EGENSKAPER SOM MOGNAR SENT I HJÄRNAN:

- Uppmärksamhet
- Koncentration
- Kommunikation
- Få ihop helheter
- Förstå komplexa begrepp
- Interagera med andra
- Tidsuppfattning
- Hantera stress
- Hantera känslor

## Kommunikation är mer än tal

Personer med autism, ADHD, eller intellektuell funktionsnedsättning kan behöva hjälp med kommunikationen. Utmaningen kan liknas vid att lära sig ett främmande språk som vuxen. I början kan det vara ganska lätt att prata men det är inte lika lätt att förstå vad andra säger.

Vid stark stress eller starka känslor är språket kanske svårt att ta till. Då återstår ett beteende för att berätta något.

## KOMMUNICERA PÅ FLERA SÄTT

Det finns några praktiska knep att ta till för att underlätta informationsutbyte med personer som har psykiska funktionsnedsättningar.

- Välja ord, inte för många
- Papper och penna mellan oss
- Upprepa personens ord och begrepp
- Tid att bearbeta det som sagts
- Ändra sin kommunikation om det inte fungerar
- Våga be om ursäkt om det inte blir bra

## Sinnena skapar utmaningar

Sinnena, perceptionen, fungerar annorlunda vid autism och ofta även vid ADHD. Dessa perceptionsstörningar kan drabba alla sinnen. Personen kan vara över- eller underkänslig för stimuliner som smärta eller kyla. Ofta är det två eller tre sinnen som orsakar störst utmaningar.

När saker och ting inte känns som de är kan vardagliga situationer bli något mycket obehagligt.

*”Jag har till exempel mött en person som gick runt med heltäckande kläder året om och även när det var väldigt varmt. Han tyckte att solstrålarna på huden gjorde ont. Om en fluga satte sig på hans hand så gjorde det ont. Det här är ingenting man går omkring och frågar om. Det är sådant vi är helt beroende av att personen berättar för oss för att vi ska förstå hur det känns,”* säger Alessandra Hedlund.

Den som vill hjälpa bör försöka observera beteenden och fråga aktivt med exempel som ”gör det ont att duscha?”.

Andra svårigheter som rör perception handlar om syn och hörsel. Till exempel att vardagliga ljud uppfattas som buller, eller att ljus är störande.

Utkanten av synfältet är känsligt och en rörelse i närheten kan dra till sig hela uppmärksamheten. För att hjälpa behöver personalen känna till den specifika människa som vi arbetar med.

## Känslor inifrån kroppen

Våra sinnen är utvecklade också för att ta in den egna kroppen och dess olika funktioner. Mättnad, hunger och smärta är några känslor som kan innebära utmaningar för personer med autism eller ADHD.

### SMÄRTA

Smärta kan upplevas annorlunda hos personer med funktionsnedsättning. Ofta handlar det om en hög smärtröskel. Ibland kan det ta flera dagar att inse att man behöver söka hjälp.

Hos personer med autism matchar inte kroppsspråket smärtupplevelsen. Det vill säga man kan ha väldigt ont men ser inte smärtpåverkad ut.

### MÄTTNAD, HUNGER OCH TÖRST

För den som inte blir hungrig kan det behövas fasta tider för att äta. Det kan också behövas hjälp med att reglera mängden mat, portionsstorleken. Man känner inte mättnad utan äter så länge det finns något på tallriken.

### SKÖTA TOALETEN

Det händer att man glömmer att gå på toaletten. Det gäller både personer på en tidig utvecklingsnivå och normalbegåvade personer. Man är olika åldrar i en och samma människa.

### ENERGI

Personer med autism och ADHD gör snabbt av med sin energi. Här kan vården hjälpa till med att hitta balansen i vardagen och skapa möjlighet till återhämtning.

## Beteendet påverkas av stress

Stress är en vanlig orsak till beteenden som skapar problem. Stress gör det svårare att göra sig förstådd, att klara av och förstå olika situationer.

*”Vi ser inte på personen att något håller på att trappas upp. De vanligaste orsakerna till så kallade problemskapande bete-*

*enden är kroppslig sjukdom eller kroppsliga tillstånd, som tandvärk eller förstoppning,”* säger Alessandra Hedlund.

När någon tar till ett problematiskt beteende är det för att förmedla ”det här går inte, jag klarar inte det här”. Risken finns att det trappas upp till ett farligt beteende. Personen kanske slår sig, slår andra eller isolerar sig.

Förklaringen till beteendet finns ofta i den aktuella situationen. Därför är det viktigt att vårdpersonalen börjar med att försöka förstå orsaken. Det görs i efterhand och inte när personen är i affekt.

## FÖRSTÅ FÖR ATT FÖREBYGGA

För att förstå beteendet är det värdefullt att gå tillbaka till tanken om autism och ADHD som försenad utveckling.

*”En kollega skulle hjälpa en personalgrupp med en vuxen person med ett beteende som man inte tyckte sig ha sett tidigare. När något gick fel för personen, slängde han sig på golvet och skrek och grät. Om vi tänker efter är det något vi ser många gånger om som småbarnsföräldrar. Det ger oss en nyckel till att förstå vad försenad utveckling innebär,”* säger Alessandra Hedlund.

Det betyder inte att den vuxne ska bemötas som ett barn. Däremot behövs samma stöd som ett barn skulle få i samma situation.

## UTMANINGAR OCH MÖJLIGHETER

Arbete med människor som rör sig mellan olika utvecklingsåldrar för med sig både positiva och några negativa konsekvenser för vårdpersonal. Vi som personal behöver tro på och bekräfta personens förmåga att utvecklas. Annars finns risken för en dålig och självuppfyllande profetia.

## KÄNSLOR PÅVERKAR

Affektsmitta, att påverkas av andras känslor, är vanligt hos barn och kan finnas kvar om man har ojämn utveckling. Som vårdpersonal behöver vi vara medvetna om den påverkan även om personen inte ger uttryck för känslor med kropp eller mimik.

## FÖREBYGG PROBLEMATISKA SITUATIONER

För att hjälpa någon att förebygga ett problematiskt beteende eller ett utbrott behövs både en del förarbete och en god relation. Här kan tidigare händelser förklara varför en situation uppstod. Med den kunskapen kan vi bistå med verktyg för att hantera en annars svår situation. Hur går man till exempel från ett möte innan det blir för jobbigt?

### LÄS MER:

**Gunilla Gerland:** *Arbeta med autismspektrumtillstånd, hantverket och den professionella rollen,* (Pavus Utbildning, 2010)

**Ulrika Aspflo:** *Aspflo om autism: Kvalificerade insatser till barn och vuxna med autism i skola, gruppboende och daglig verksamhet,* (Aspflo & Klamas, 2010)

**Björn Roslund:** *Haja ADHD: Om nuets förbannelse, hjärnans skärmsläckare och vikten av dagdrömmeri,* (Natur och Kultur, 2018)

**Lina Liman:** *Konsten att fejka arabiska: en berättelse om autism,”* (Albert Bonniers Förlag, 2017)

**Bo Hejlskov Elvén och Anna Sjölund:** *Hantera, utvärdera och förändra: Med lågaffektivt bemötande och tydliggörande pedagogik,* (Natur och Kultur, 2018)



PSYK-E BAS

Faktabladet bygger på en föreläsning med samma namn. Föreläsningen ingår i Psyk-E bas, ett kompetenhöjningsprogram som ges som uppdragsutbildning vid Karolinska institutet.