



# Afasipårørende – hva nå?



# Å bli rammet av afasi

Afasi er ervervede språkvansker etter skade i hjernen. Den vanligste årsaken er hjerneslag, men kan også skyldes sykdommer i hjernen eller traumatiske hodeskader. Hvis skaden rammer områder i hjernen som er sentrale for språk, kan dette føre til afasi. Ca. 12 000 mennesker rammes av hjerneslag hvert år i Norge, og man regner med at omtrent 25 prosent av disse får afasi.

Personer med afasi får, i større eller mindre grad, vansker med å uttrykke seg og forstå hva andre sier. Det kan være vanskelig å finne ord og produsere ord, samt å sette sammen ord til setninger. Noen uttrykker seg med kun ett og ett ord. Mange strever med å uttrykke egne meninger og forstå det som blir sagt. Vansker med lesing og skrivning er også vanlig ved afasi.

Skader i hjernen berører ofte også andre funksjoner enn språket. Man kan for eksempel oppleve synsvansker, lammelser, svelgevansker, oppmerksomhets- og konsentrasjonsvansker, vansker med å planlegge og gjennomføre daglige gjøremål, og noen får psykiske utfordringer som humørsvingninger og fatigue, i tillegg til afasien.

“  
*Jeg vet hva jeg vil si, men jeg finner liksom ikke ordene.*”

Når noen får afasi, er det ikke bare personen med afasi som rammes, men også de som står nær, de pårørende. Plutselig står man i en ny og vanskelig situasjon. Hverdagen blir en annen, og veldig mye dreier seg om den som har fått skaden og det som skjer med vedkommende. Mange pårørende opplever stor frustrasjon, særlig når evnen til å kommunisere skades. Spørsmål melder seg. Hva har skjedd? Hvorfor skjedde det? Er ordene helt borte? Kan språket komme tilbake? Kan alt bli som før?

Det krever mye å være den nærmeste. Det oppstår mange bekymringer og stadige dilemmaer der man må ta valg. I tillegg er det forventninger fra sykehus, rehabiliteringsinstitusjoner og andre som innebærer mye ansvar, både for den som blir syk, for familiemedlemmer, for venner og andre i nær omgangskrets. Roller endres, nye roller skal fylles, samtidig som en er både frustrert og på leting etter svar og løsninger.





Det er en stor utfordring å stå i en tung og uavklart situasjon over tid. Man må kjempe for å komme seg opp og hente seg inn, slik at det går an å leve videre, til tross for store endringer. Det er pårørende som kjenner den afasirammede best, og sammen kan man finne nye måter å kommunisere på. Det skal stor tålmodighet til fra begge parter, men ansiktsuttrykk, mimikk, bruk av gester, penn og papir og foto kan være til hjelp. Noen kan kanskje bruke et kommunikasjonshjelpemiddel.

Følelsene svinger både i krise og ellers. Det hjelper å vite at det er normalt å oppleve maktesløshet, oppgitthet, sinne, angst, depresjon og søvnmangel. Det er svært slitsomt hvis dette varer over lang tid. Det hjelper å dele sine tanker med noen.

“ Den som står ved siden av står også midt oppi ”

# Barn som pårørende

Barn reagerer på forskjellige måter og forstår mye. De skal ikke undervurderes, men informasjon må porsjoneres og tilpasses alder, tid og sted. Det er når barna ikke vet og ikke har voksne å snakke med at de kan fantasere og gjøre ting større eller vanskeligere enn det behøver å være. Hjelp barna å sette ord på følelser og tanker. Gi så ærlige svar som mulig samtidig som håpet om bedring holdes oppe. La barna ta del i det som skjer, men samtidig fortsette å bruke tid på lek og venner.

## Å søke hjelp

En skade i hjernen gir som oftest varige endringer. Mye endres, men bedring skjer. Det tar lang tid, men små fremskritt kan komme i måneder og år etter skaden.

Mange pårørende har funnet støtte hos andre som har vært i tilsvarende situasjon, og ser dette som svært givende. Også for den som har afasi er det av stor betydning å treffe andre med afasi som har noen av de samme utfordringene som en selv.

“Når kona har det bra,  
har jeg det også bra.”

“Ja visst blir  
livet annerledes.  
Men bedring skjer.”



# Å delta i fellesskap

LHL Hjerneslag og Afasi ivaretar slagrammede, personer med annen ervervet hjerneskade og pårørendes interesser, tilbyr fellesskap med andre som er i samme situasjon og gir våre medlemmer tilbud som kan bidra til en enklere hverdag og et bedre liv.

LHL Hjerneslag og Afasi ivaretar slagrammede, personer med annen ervervet hjerneskade og pårørendes interesser, tilbyr fellesskap med andre som er i samme situasjon og gir våre medlemmer tilbud som kan bidra til en enklere hverdag og et bedre liv.

Er du pårørende til noen med afasi?  
**TA KONTAKT!** Få råd eller støtte.

## Ønsker du mer informasjon?

- *besøk våre nettsider på [www.lhl.no/afasi](http://www.lhl.no/afasi)*
- *kontakt oss på telefon 22 79 90 00*
- *send e-post til [hjerneslag@lhl.no](mailto:hjerneslag@lhl.no)*

