

## Kognitivt stöd för personer med ADHD

### Vad är kognitivt stöd?

Kognitivt stöd är sådant som gör det lättare att minnas, planera, passa tider, förstå, hitta, komma igång, genomföra och avsluta. Kognitivt stöd tydliggör och strukturerar vardagen genom anpassade produkter och miljöer.

### Egenvårdsprodukter

För att underlätta vår vardag använder vi produkter och tjänster av olika slag, t ex almanackor, klockor, komihåg-lappar, telefoner och internettjänster. Vissa enklare hjälpmedel och konsumentprodukter är så kallade egenvårdsprodukter som man får köpa själv.

### Förskrivet hjälpmedel

För den som har en funktionsnedsättning är landstinget skyldig att tillhandahålla personligt förskrivna hjälpmedel. Som enskild person har man däremot ingen rättighet att kräva ett hjälpmedel. Varje landsting har egna riktlinjer och politikerna beslutar om vad som ska betraktas som hjälpmedel. Det innebär att utbudet av hjälpmedel ser olika ut i Sverige och kan också variera över tid.

Hjälpmedel är en del i vård och behandling och kan komplettera andra åtgärder som t ex medicinering. Ett personligt förskrivet hjälpmedel är ett lån och ägs formellt av landstinget, vilket innebär att hjälpmedlet ska lämnas tillbaka när det inte längre behövs.

### Krävs en diagnos för att få kognitiva hjälpmedel?

Nej. Det är behovet som avgör om man kan få kognitiva hjälpmedel.

### Hur får man ett hjälpmedel?

För att få ett hjälpmedel förskrivet måste alltid en arbetsterapeut eller logoped (förskrivare) göra en bedömning av patientens behov av hjälpmedel.

Förskrivaren provar ut, anpassar och väljer lämplig specifik produkt i samråd med patienten. Produkten beställs sedan från Hjälpmedelscentralen av förskrivaren.

På [www.1177.se](http://www.1177.se) (Vårdguiden) kan man läsa mer om hjälpmedel i Stockholm.

### Vad kostar ett hjälpmedel?

Det kostar ingenting att få ett kognitivt hjälpmedel förskrivet. Undantag gäller för tyngdtäcken som kostar 600 kr. En del kalenderappar kan förskrivas som hjälpmedel. Då krävs det att man har en egen smartphone där appen kan installeras.



## Var finns förskrivare?

**Barn:** Arbetsterapeuter finns på rehab-mottagningar inom primärvården, Barn- och Ungdomsmedicinska Mottagningar (BUMM) med inriktning ADHD, Neuropsykiatriska Utredningsteam (NU-team) och på Barn- och Ungdomspsykiatrimottagningar (BUP).

**Vuxna:** Arbetsterapeuter finns på rehab-mottagningar inom primärvården och psykiatriska öppenvårdsmottagningar.

Om man inte redan har kontakt med en arbetsterapeut går det att söka efter närmaste mottagning på [www.1177.se](http://www.1177.se)

## Krävs remiss?

Det behövs ingen remiss för att få kontakt med arbetsterapeut på rehab-mottagningar inom primärvården. Till andra mottagningar kan det krävas remiss.

## Speciella regler gäller vid förskrivning av tyngdtäcken, t ex. bolltäcke och kedjetäcke

Det kostar 600 kr att få ett tyngdtäcke som hjälpmedel.

## Vem kan få ett tyngdtäcke förskrivet?

Det är bara personer med ”grava sömnsvårigheter kombinerat med stor motorisk oro” som kan få tyngdtäcke förskrivet. Förskrivningen av tyngdtäcke måste vara en del i behandlingen och ska inte ses som en enskild insats.

## Vem får förskriva tyngdtäcken?

Arbetsterapeut och sjukgymnast inom habilitering, psykiatri och geriatrik, samt arbetsterapeut och sjukgymnast på barnklinik med neuropsykiatriska utredningsteam.

**Barn:** Om man har en pågående insats på BUP kan täcket förskrivas därifrån.

Om man har insats från BUMM där det saknas arbetsterapeut eller sjukgymnast, kan läkare göra en bedömning av barnets sömnproblem och skicka remiss till ADHD-center inom Habilitering & Hälsa. Där tar en förskrivare (arbetsterapeut) över ansvaret och gör en bedömning, utprovning och uppföljning

**Vuxna:** På de flesta psykiatriska mottagningar finns arbetsterapeut som kan förskriva.

## Hjälpmedel i skola och arbete

Hjälpmedel till stöd för utbildning är skolans ansvar. Hjälpmedel på arbetsplatsen är Försäkringskassans, Arbetsförmedlingens och eller arbetsgivarens ansvar.

