

Dæmi um upplifun einstaklinga af heilaskaða:

„Heilaskaði er eins og púsl... öll púslin eru til staðar en þau eru öll á röngum stað“

„Heilaskaði er takmarkandi, það er erfitt að læra upp á nýtt hluti sem þú hélst þú kynnir algjörlega“

„Heilaskaði er ófyrirsjáanlegur og algjörlega misskilinn“

„Að fá heilaskaða er eins og að læra að lifa með heila sem manni finnst stundum vera heili einhvers ókunnugs“

Von og hvatning

Einstaklingur sem hlýtur heilaskaða þarf á stuðningi að halda þegar hann hefst handa við að takast á við sjálfan sig og lífið á ný.

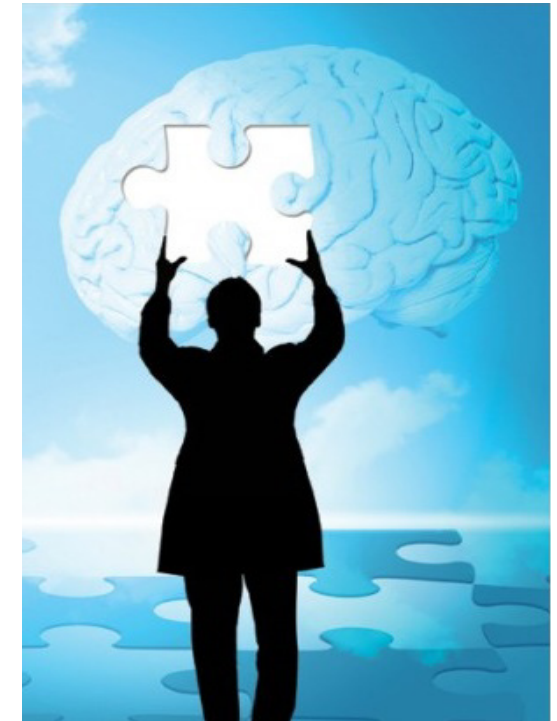
Félagið Hugarfar var stofnað 21. febrúar 2007 vegna brýnna þarfa einstaklinga með ákominn heilaskaða og aðstandenda þeirra til að ræða saman og vinna að framgangi úrræða í endurhæfingu, fræðslu um heilaskaða og almennan hag fólks með þessa fötlun. Hugarfar er í samstarfi við Fagráð um heilaskaða.

Hugarfar er aðili að Öryrkjabandalagi Íslands og BIF sem eru Evrópusamtök fólks með ákominn heilaskaða.

EIGUM VIÐ SAMLEIÐ?

Ef einstaklingur með heilaskaða finnur ekki fyrir skilningi frá öðrum getur það aukið á félagslega einangrun hans, sem síðan getur leitt til þunglyndis.

hugarfar.is
Sigtún 42, s. 661 5522
hugarfar@hugarfar.is
facebook.com/heilaskadi



Dulin fötlun eftir heilaskaða

Á hverju ári hlýtur fjöldi fólks hér á landi heilaskaða af ýmsum orsökum. Áætla má að um 500 manns hljóti heilaskaða af völdum **áverka**. Helstu orsakir áverkatengds heilaskaða eru:

- Umferðarslys
- Líkamsárásir
- Föll
- Íþróttameiðsl

Ýmsir **sjúkdómar** geta einnig valdið heilaskaða, m.a. heilablóðfall, blóðtappi, æxli, flogaveiki eða súrefnisskortur í heila.

Heilaskaði getur haft margskonar líkamlegar afleiðingar í för með sér en fötlunin er ekki alltaf sýnileg og kallast þá **dulin fötlun**. Einstaklingar sem hlotið hafa heilaskaða upplifa oft **skilningsleysi** vegna einkenna sinna.

Einstaklingur með heilaskaða vill að honum sé mætt með **skilningi og virðingu**.

Dæmi um einkenni heilaskaða:

Listi yfir dulin einkenni sem fólk getur glímt við eftir heilaskaða.

Skert minni

- Gleymir nöfnum og áætlunum
- Á erfitt með að læra og muna nýja hluti

Einbeiting og athygli

- Missir þráðinn í samtali
- Eirðarleysi
- Þolir illa margmenni og áreiti

Yfirsýn, skipulag og frumkvæði

- Á erfitt með að skipuleggja daginn og fylgja áætlun
- Á erfitt með að byrja á verkum og hafa frumkvæði

Þreyta og úthaldsleysi

- Öll verkefni taka lengri tíma en áður
- Hefur ekki úthald til að ljúka verkefnum
- Andlegt og líkamlegt úthaldsleysi

Málstol

- Á erfitt með að tjá sig með skrift eða tali
- Á erfitt með að skilja það sem sagt er
- Á erfitt með að lesa bók, dagblað eða jafnvel umferðarskilti

„Þegar aðrir sjá ekki fötlun mína halda þeir að það sé ekkert að“

Verkstol

- Á erfitt með að gera hlutina í réttri röð og vinna verk sem áður voru unnin án mikillar umhugsunar

Að rata og átta sig á umhverfinu

- Á erfitt með að meta fjarlægðir og áttir
- Á erfitt með að rata

Sjúkdómsinnisæi

- Skortir innisæi í eigin mál
- Ofmetur getu sína
- Gerir lítið úr vandamálum sínum eða kennir öðru um
- Skilur ekki afhverju hlutirnir ganga ekki upp

Hegðun og tilfinningar

- Persónuleikabreyting
- Tilfinningadoði
- Ýktar tilfinningar
- Hvatvísi
- Grætur eða hlær án þess að ætla sér það
- Á erfitt með að setja sig í spor annarra og sýna samkennd
- Skilur illa brandara
- Kvíði
- Þunglyndi
- Brotin sjálfsmynd og skert sjálfstraust

„Þegar ég er ekki tekin alvarlega finnst mér ég vera öðruvísi en aðrir“