

Rehabilitering efter stroke

Vad är stroke?

Stroke är ett samlingsnamn för kärlsjukdom som påverkat hjärnan och gett upphov till neurologiska symtom. Den vanligaste orsaken till stroke är propp i hjärnans blodflöde men kan också orsakas av blödning inne i hjärnvävnaden eller mellan hjärnhinnorna. Konsekvensen av stroke kan bli en motorisk påverkan på ansikte, arm och ben, oftast på en sida av kroppen. Skadan kategoriseras till mild, måttlig eller stor stroke. Det är skadans storlek och lokalisation som avgör hur stor påverkan och hur lång tid de neurologiska symtomen kvarstår. Både kraft, känsel och motoriken kan bli nedsatt, vilket oftast påverkar förmågan att klara de dagliga aktiviteterna. Det blir då aktuellt med rehabilitering för att påverka hjärnans förmåga att läka på bästa sätt.

Rehabilitering

Det är dina målsättningar med rehabiliteringen som styr planeringen. Det finns olika behandlingsmetoder att använda i strokerehabilitering. Arbetsterapeut, fysioterapeut och ibland logoped samordnar sina insatser utifrån det individuella behovet av rehabinsatser. Ditt rehabteam kommer att föreslå vad som kan vara mest lämpligt för dig i de faserna av rehabiliteringen och ni tillsammans lägger upp en plan för rehabilitering. Träningen kan ske på din rehabmottagning eller hemma och med olika intensitet beroende på vad som är mest lämpligt för dig.

Vad du själv kan göra

Träning som du utför kombinerat med dagliga aktiviteter i vardagen gynnar återhämtning och upprätthåller funktioner både motoriskt i arm/hand och i hjärnan. Det är viktigt att du tar hänsyn till ork och finner en balans mellan träning, aktivitet och vila. Rådgör gärna med ditt rehabteam kring detta.

Vill du komma i kontakt med personer i liknande situation? Neuroförbundet vänder sig till personer som lever med neurologiska sjukdomar såsom stroke och har ofta lokala verksamheter.

Förväntat resultat

Det finns stora möjligheter att påverka hjärnans läkning. Forskning har visat att rehabilitering har effekt i både tidigt skede och i senare skede efter insjuknandet.

