



Habilitering Dalarna



Läs mer på vår hemsida:

www.1177.se/Dalarna/undersokning-behandling/habilitering/habiliteringen-i-dalarna/

På hemsidan hittar du information om våra kurser och grupper, informationsfilmer om vår verksamhet, länkar till utbildningsmaterial med mera.

**All vårdinformation
finns på 1177.se**

1177



Vem är habiliteringen till för?

Region Dalarnas habilitering finns till för personer med funktionsnedsättning och deras anhöriga. Nedan beskrivs vilka funktionsnedsättningar som Habiliteringen kan ge stöd och insatser för.

Barn- och ungdomshabiliteringen är till för dig under 18 år som har:

- Psykomotorisk utvecklingsförsening
- Intellektuell funktionsnedsättning
- Rörelsehinder
- Autism (remitterad före 6 års ålder)
- Hjärnskada förvärvad före 16 års ålder och som medför bestående funktionsnedsättning

Vuxenhabiliteringen är till för dig över 18 år som har en medfödd eller tidigt förvärvad skada som medför:

- Intellektuell funktionsnedsättning
- Rörelsehinder
- Hjärnskada förvärvad före 16 års ålder och som medför bestående funktionsnedsättning
- Andra omfattande funktionsnedsättningar

Råd och stöd enligt LSS erbjuds även till dig som har en begåvningsnedsättning till följd av förvärvad hjärnskada i vuxen ålder.

Vad kan Habiliteringen hjälpa till med?

Region Dalarnas habilitering erbjuder dig som har en funktionsnedsättning och dina anhöriga stöd, utbildning, råd och behandling. Nedan beskrivs områden som ingår i Habiliteringens vårdområde.



Kunskap om funktionsnedsättningen

Att ha kunskap om sin funktionsnedsättning och dess påverkan är grundläggande i patientens habilitering. Även familjen och andra närstående behöver ha god förståelse. Habiliteringen kan utreda vilka svårigheter som påverkar patientens vardag och erbjuder på olika sätt information om patientens funktionsnedsättning.



Andning och sväljning



En del funktionsnedsättningar påverkar andningen, även om själva lungorna är friska. Habiliteringen kan då erbjuda insatser för att förbättra andningen. Detta kan innebära råd och positionering för förbättrad andning eller andningsgymnastik. En funktionsnedsättning kan också skapa svårigheter med att tugga och svälja eller obehag i samband med att äta och dricka. Habiliteringen kan då erbjuda bedömning och råd gällande ät- och sväljförmåga.



Hemmiljö och fungerande vardagsaktiviteter

En funktionsnedsättning kan kräva anpassningar i boendemiljön för att patienten ska kunna vistas tryggt och säkert i sitt hem. Habiliteringen kan erbjuda råd för att patientens boendemiljö ska fungera utifrån de individuella behoven, samt vid behov skriva underlag för bostadsanpassning.

En funktionsnedsättning kan göra det svårt att klara dagliga sysslor. Det kan bland annat handla om hemmet, hygien och matlagning eller fungerande rutiner för familjen. Det kan också vara att planera sin tid eller få saker gjorda i vardagen. Habiliteringen kan då erbjuda råd och stöd för hur vardagen kan fungera bättre. Vi kan också utreda behovet av, samt förskriva lämpliga hjälpmedel.



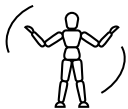
Fysisk hälsa

Patientens fysiska hälsa kan påverkas av en funktionsnedsättning. Rehabiliteringen erbjuder insatser vid medicinska problem som kan vara kopplade till en funktionsnedsättning. Det kan till exempel handla om att förebygga smärta, spasticitet, att få i sig rätt näring eller medicinering.



Psykisk hälsa och levnadsvanor

Patientens psykiska hälsa kan påverkas av en funktionsnedsättning. Rehabiliteringen kan erbjuda samtalsstöd samt råd gällande levnadsvanor som påverkar hälsan så som sömn, kost, motion och frågor om sexualitet.



Motorik och förflyttning

Vissa funktionsnedsättningar påverkar patientens motorik. Motorik handlar om kroppens alla rörelser, från mycket små rörelser till förmågan att röra hela kroppen. Rehabilitering kan erbjuda insatser för att förbättra patientens motorik och förflyttning utifrån individuella förutsättningar. Detta kan innebära att hitta rätt hjälpmedel för förflyttning. Rehabiliteringen kan också ge råd hur man kan träna rörelseförmågan, balans, handfunktion eller tal- och oralmotorik. Det kan också innebära att hitta en bra positionering för kroppen i stående, sittande och liggande.



Problemskapande beteende

De begränsningar en funktionsnedsättning ibland innebära kan leda till svåra beteenden, till exempel att skada sig själv, att vara våldsam mot andra, att förstöra saker eller att säga och göra hotfulla saker. Om en patient börjar utveckla ett sådant beteende kan rehabiliteringen erbjuda stöd i att komma fram till vad beteendet beror på. Vi kan också arbeta tillsammans med patienten och patientens nätverk för att minska och förebygga problemskapande beteenden på kort och lång sikt.



Samhällets stöd

Det är flera olika myndigheter och organisationer i samhället som kan ge stöd vid funktionsnedsättning. Rehabiliteringen erbjuder information om vilket samhällsstöd patienten kan få utifrån sina behov, hur man kan söka olika stöd samt delta i samverkan med andra aktörer. Rehabiliteringen skriver också vissa intyg och hjälper till med övergången till vuxenlivet vid 18-års ålder.





Skola och sysselsättning

En funktionsnedsättning kan påverka patientens möjlighet att delta i förskola, skola, arbete och annan sysselsättning på samma villkor som andra utifrån att miljön inte är tillräckligt anpassad eller att det saknas tillräcklig kunskap om patientens funktionsnedsättning. Rehabiliteringen kan då erbjuda information och råd till patienten samt personal på förskola, skola (i samarbete med elevhälsa), arbetsplats eller annan verksamhet för att sysselsättningen ska fungera bättre.



Smärta och sinnesintryck

En funktionsnedsättning kan innebära smärta. Rehabiliteringen kan då erbjuda insatser för att förebygga eller lindra smärta som beror på eller påverkas av funktionsnedsättningen. Rehabiliteringen kan också erbjuda insatser för patienter som är känsliga för vissa sinnesintryck, som ljud eller ljus. Det kan handla om att förstå vilken känslighet patienten har, samt att hitta sätt att minska stress från sinnesintryck.



Språk och kommunikation

En funktionsnedsättning kan påverka patientens möjlighet till att göra sig förstådd samt kunna förstå andra. Rehabiliteringen kan då erbjuda bedömning och/eller stöd för att hitta sätt att kommunicera eller att utveckla ett fungerande språk. Det kan handla om att använda tecken, bilder eller talande hjälpmedel som komplement till tal och skrift.



Socialt samspel och relationer

En funktionsnedsättning kan påverka förmågan att fungera tillsammans med andra. Rehabiliteringen kan då erbjuda stöd- och råd till patient eller närstående. Det kan handla om att få hjälp med att hitta nya strategier, möjlighet att öva på sociala färdigheter och/eller förstå hur det egna beteendet påverkar andra.



Stöd till anhöriga

En funktionsnedsättning kan innebära ett ökat behov av stöd och anpassat bemötande från omgivningen. Rehabiliteringen kan erbjuda stöd till anhöriga och nätverk utifrån behov som är kopplat till patientens funktionsnedsättning. Stödet kan ges till förälder, syskon eller annan närstående till patient.

Hur går det till på habiliteringen?

Vilket stöd du behöver från habiliteringen planeras tillsammans med dig. I planeringen beskriver vi vad du vill ska förändras (mål) och vad vi tillsammans ska göra för att nå dina mål (insatser).

Första samtal

Vid det första besöket på habiliteringen går vi igenom din berättelse, dina problem och dina prioriteringar. Vi informerar om habiliteringen och var du kan hitta mer information när du behöver det. Vi kommer överens om vad som ska göras och i vilken ordning vi ska göra det.

Om du inte har behov av habiliteringens stöd avslutas din kontakt.

Kartläggning/utredning

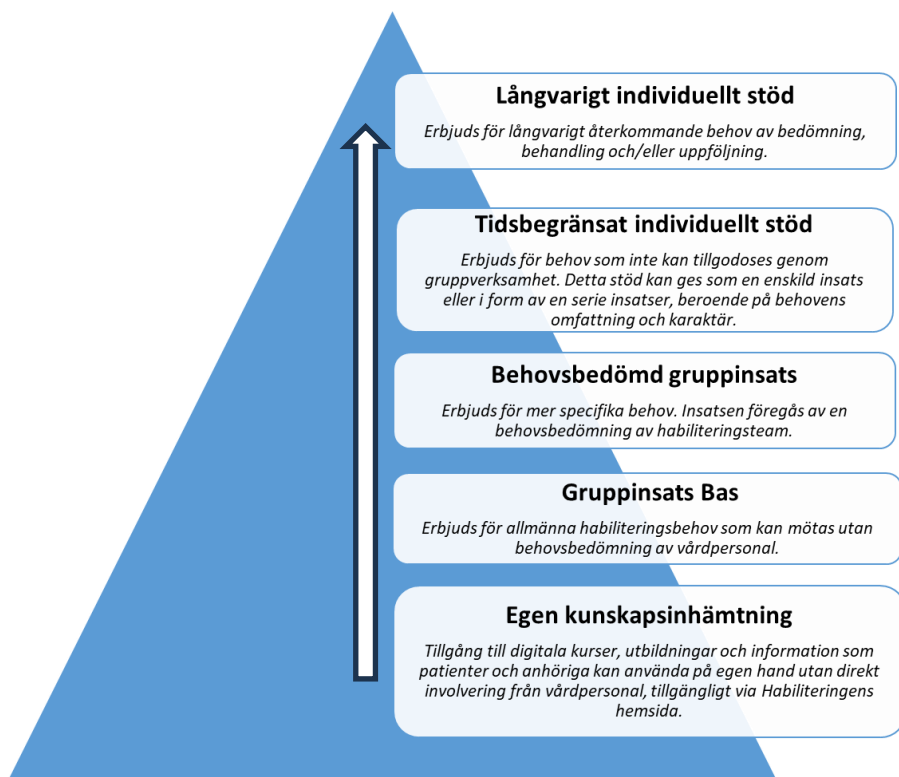
Om det är otydligt vilket stöd du behöver för att fungera bra i vardagen kan en eller flera yrkespersoner utreda vad dina svårigheter beror på och vilken hjälp du behöver. Under tiden du utreds kan du eller dina närstående anmäla er till kurser och få stöd från habiliteringen.

Insatser

Utifrån det som du beskrivit erbjuder habiliteringen olika insatser som kan hjälpa dig att nå dina mål. Habiliteringens insatser erbjuds i olika steg där mycket av vårt stöd ges i grupp. Du kan se habiliteringens insatspyramid nedan.

Habiliteringens insatspyramid

Habiliteringens insatser kan ges på olika sätt. Det är ditt behov som avgör hur insatsen ges. Nedan kan du se vilken insatstyp som erbjuds för vilket behov.



Vart finns habiliteringens mottagningar?

I Dalarna finns det fem mottagningar där du kan besöka habiliteringen. Din huvudmottagning är vanligtvis den som ansvarar för området där du bor (se nedan). Ibland kan du behöva åka till en annan mottagning inom länet eftersom habiliteringen samordnas över hela Dalarna.

Habiliteringen i Borlänge

Borlänge, Gagnef, Säter

Habiliteringen i Falun

Falun, Leksand

Habiliteringen i Avesta

Avesta, Hedemora

Habiliteringen i Ludvika

Ludvika, Smedjebacken

Habiliteringen i Mora

Malung-Sälen, Mora, Orsa, Rättvik, Vansbro, Älvdalen



Hur kontaktar jag habiliteringen?

Kontakta oss via 1177 Vårdguiden – e-tjänster

Du kan kontakta oss via e-tjänsterna på 1177.se eller via appen 1177 genom att logga in med BankID/Freja eID. Via e-tjänsterna kan du göra ärenden som att skriva en egen vårdbegäran, kontakta personal eller lämna dina synpunkter på vården.

Kontakta oss via telefon

Du kan också nå oss via telefon på: **010-249 90 75**.

Våra öppettider för telefonkontakt är:

Måndag-onsdag	07.00-14.00
---------------	-------------

Torsdag-fredag	07.00-11.00
----------------	-------------

Av- och ombokning	Dygnet runt
-------------------	-------------

För dig som ringer i tjänsten bemannas telefonen kontorstid.

Kontakta oss via e-post

habiliteringen.dalarna@regiondalarna.se

Ärenden som rör dig som patient kan vi inte svara på via e-post. Du kan heller inte boka eller avboka vårdbesök via denna e-postadress. För patientärenden rekommenderar vi att du använder [1177 e-tjänster](#) som uppfyller de krav på säkerhet och sekretess som ställs inom hälso- och sjukvården, du kan även ringa till oss på telefonnummer: 010-249 90 75.

Bra att veta

Habilitering är det stöd och den behandling som ges till barn, ungdomar och vuxna med medfödd funktionsnedsättning eller funktionsnedsättning som kommit tidigt i livet, för att de ska få möjlighet att bibehålla och utveckla sina förmågor.

Habiliteringen är ett komplement till samhällets övriga stödinsatser. Det betyder att habiliteringen ger det stöd som *inte* kan erbjudas av andra verksamheter, till exempel annan hälso- och sjukvård, skola, kommunal verksamhet med flera.

Med **närstående** menas en person som patienten har en nära relation till. Det kan vara en familjemedlem, släkting, god man eller annan viktig person i patientens liv.

Med **nätverk** menas de personer som patienten har kontakt med. Det gäller både privata kontakter till exempel vänner och familj, och professionella kontakter till exempel skol- eller boendepersonal.

Habiliteringen arbetar enligt **Hälso- och sjukvårdslagen** (HSL).

På habiliteringen kan man också ansöka om rådgivning och annat personligt stöd enligt **lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade** (LSS).



Region Dalarna ansvarar för hälso- och sjukvård, tandvård, kollektivtrafik, hjälpmedel, folkhögskolor och arbetar med folkbildning, forskning, folkhälsa och kultur.

Regionen arbetar också med utvecklingsfrågor inom infrastruktur, näringsliv, arbetsmarknad och miljö.



Region Dalarna
Box 712
791 29 Falun
Vasagatan 27, Falun
www.regiondalarna.se