

Hur upplevs hjälpmedlet bolltäcke av barn och ungdomar och deras närstående?

Verksamhet:	Hjälpmedelsverksamheten, Habilitering & Hjälpmedel, Region Skåne
Projektansvarig enhetschef:	Ullabritt Svensson
Projektets medarbetare:	Hjälpmedelskonsulent Heléne Bengtsson Helene.bengtsson@skane.se
Handledare vid FoU-enheten:	Forsknings- och utvecklingsledare, fil dr Stine Thorsted FoU-enheten, Region Skåne
Utgivning:	April 2012
ISBN:	978-91-7261-234-1
Layout:	Ulla Götesson

FoU-enheten strävar efter att publicera rapporter av hög kvalitet i ett kortfattat format. Syftet är att öka tillgängligheten och användningen av den kunskap som utvecklats inom vår förvaltning. Det finns alltid möjlighet att kontakta oss på FoU-enheten för att få ytterligare information.

Läs mer på vår hemsida www.skane.se/habilitering/fou

© Habilitering & Hjälpmedel, Region Skåne

Sammanfattning

Målfokus 2012 för verksamheten Habilitering och Hjälpmedel är ”Ett gott liv utifrån egna val”. Härfor krävs bland annat att verksamheten har effektiva processer kring brukaren. För att säkerställa att processerna är effektiva bör de följas upp efter en tid. I föreliggande arbete är det hjälpmedlet *bolttäcke* och insatsen kring detta som följs upp och utvärderas. Bolttäcke är ett hjälpmedel som kan ordinerats till barn och ungdomar upp till 20 år som har behov av sinnesstimulering, då det finns problem med sömnen utifrån kognitiva dysfunktioner.

Syftet med detta arbete är att beskriva barns/ungdomars samt deras närståendes erfarenheter av hjälpmedlet bolttäcke. Målet är att få kunskap om inom vilka problemområden och i vilka situationer som bolttäcket används. Vidare undersöks hur kvaliteten på bolttäcket upplevs samt åsikter kring information och uppföljning som utförts av ordinatören av bolttäcket. Denna uppföljning genomfördes med hjälp av enkäter som skickades ut till de 304 barn och ungdomar i åldern 3-19 år, som lånat bolttäcke av Region Skåne i minst sex månader.

Resultatet av enkäten visar att det är problem med sömnen som är den vanligaste anledningen till ordination av bolttäcke. Därefter är det brukarens behov av en lugnande åtgärd som gör att bolttäcke används. Av de tillfrågade är det 66 % som använder bolttäcket vid sänggående till natten. 25 % använder bolttäcket även dagtid, bland annat i samband med avslappning eller vid TV-tittande. Bolttäcket används inte lika frekvent under dagen som till natten.

Faktorer som kan påverka användandet är bolttäckets vikt, storlek och kvalitet. Angående vikten på bolttäcket är åsikterna delade, men majoriteten förstår betydelsen av att täcket är tungt för att ge den önskade effekten. Storleken på bolttäcket upplever en övervägande del som bra, men önskemål finns om både större och mindre beroende på användare och användningssätt. Kvaliteten på bolttäcket uppfattar majoriteten av respondenterna som bra, oberoende av modell.

Två viktiga moment för ordinatören av bolttäcke är att ge en bra information om hjälpmedlet samt en uppföljning så hjälpmedlet används optimalt. Det är cirka hälften som inte är nöjda med den information de fick kring bolttäcket när detta erhöles. Uppföljningen av bolttäckets användning upplever en del av respondenterna som bra men det finns även de som önskar att den vore bättre.

Innehållsförteckning

Förord	5
Inledning	6
Bakgrund	6
Forskning om effekt	7
Vem har detta hjälpmedel	8
Bolltäcket utseende och effekt	8
Syfte	9
Metod	9
Urval och svarsfrekvens	9
Etiska överväganden	10
Resultat	11
Bakgrundsuppgifter	11
Användningsfrekvens och användningssätt av bolltäck	13
Faktorer som kan påverka användandet	17
Sammanfattning av resultatet	25
Diskussion	26
Åtgärder för en optimal användning av hjälpmedlet bolltäck	28
Implementering	28
Referenser	29
Bilaga 1	30
Bilaga 2	34
Bilaga 3	35
Bilaga 4	37
Bilaga 5	38

Förord

Habiliterings- och hjälpmedelsförvaltningens vision är att stärka ett gott liv utifrån egna val. Vi ska med professionella insatser göra livet mera möjligt för barn, ungdomar och vuxna med varaktig funktionsnedsättning. I samarbetet mellan forsknings- och utvecklingsenheten och verksamheterna sker en ständig granskning av rådande metoder och prövning av nya för att kontinuerligt förbättra kvaliteten i olika habiliteringsinsatser.

Forsknings- och utvecklingsenheten har ansvar för att driva och utveckla kunskap utifrån det kunskapsbehov som finns inom förvaltningen, allt i enlighet med uppdraget: utveckla ny kunskap inom habiliterings- och hjälpmedelsområdet, sprida kunskap om funktionsnedsättning, skapa en kultur av kritiskt och vetenskapligt tänkande, stimulera och stödja systematisk kunskaps- och kompetensutveckling.

Dessa olika delar i uppdraget kombineras i de forsknings- och utvecklingsarbeten som genomförs och redovisas som FoU-rapporter. De utgår från en frågeställning i praktiken, som relateras till aktuell forskning och erfarenhet och leder vidare till en studie på vetenskaplig grund. En viktig del i arbetena är att visa hur resultaten kan användas och kommuniceras i verksamheten för att på så sätt bidra till kunskapsutvecklingen.

För medarbetaren innebär arbetet en utveckling av det kritiska tänkandet. Den praktiska erfarenheten värderas gentemot generell kunskap/forskning och förståelsen för praktiken växer. För kunskapsområdet habilitering, rehabilitering och hjälpmedel innebär varje rapport ett bidrag till evidensbaserad praktik.

Nätverksgruppen för kognitiva hjälpmedel inom Hjälpmedelsverksamheten föreslog en utvärdering av hjälpmedlet bolltäcke. Hjälpmedelskonsulent Helène Bengtsson har genomfört utvärderingen och redovisar process och resultat i denna rapport. Handedare från FoU-enheten har varit forsknings- och utvecklingsledare fil dr Stine Thorsted

Utvärderingar om hjälpmedel kan fungera som ett kunskapsstöd för fortsatta diskussioner om förändringar av hur brukarna informeras och hur användningen följs upp. I undersökningen har svar från 201 (66 %) brukare av 304 fångats in. Vi riktar ett tack till hjälpmedelskonsulent Kajsa Rosenberg för värdefulla synpunkter och stöd under arbetets gång.

Icke minst riktar vi ett tack till alla brukare som velat förmedla sina upplevelser om hjälpmedlet och som på så sätt bidrar till kunskapsutvecklingen inom hjälpmedelsområdet.

Malmö i april 2012

Kerstin Liljedahl
Leg psykolog, fil dr
Forsknings- och utvecklingschef

Inledning

Hjälpmedel har en viktig roll i den totala habiliterings- och rehabiliteringsinsatsen till ett gott liv och utgör en del i verksamheten för att uppnå det uppsatta målet för 2012 ”Ett gott liv utifrån egna val”. För att nå detta mål krävs tillgänglighet, kvalitet och effektiva processer. Effektiva processer kräver bland annat att man använder metoder inom verksamheten som man vet ger effekt. Metoderna behöver följas upp på olika sätt (Region Skånes hemsida). Detta utgör bakgrunden till denna uppföljning av hjälpmedlet *bolttäcke*, ett hjälpmedel som kan ordnras till barn och ungdomar upp till 20 år med kognitiv funktionsnedsättning.

Bakgrund

Barnperspektivet är viktigt i uppföljningar av hjälpmedel till barn. Hemmingssons, Lidströms och Nygårds (2009) undersökning av barn med fysiska funktionsnedsättningar tar upp betydelsen av att fråga barnen själva. I en studie, där tjugo elever med fysisk funktionsnedsättning observerades och intervjuades, framkom det att 49,6 % använde hjälpmedel för att de själva önskade det, medan 8,8 % använde hjälpmedel även om de egentligen inte ville. Vidare var det 21,6 % som inte kunde nyttja sina hjälpmedel trots att de velat göra det, och 20 % som inte ville använda sina hjälpmedel i skolan och inte heller gjorde det (ibid.). Att hjälpmedel inte används eller används mot barnets vilja är varken en effektiv användning av resurser eller etiskt försvarbart. Hjälpmedel är även för kostnadskrävande för att inte användas. Det är därför viktigt att involvera barnet i dialogen om hjälpmedel. I undersökningen av Hemmingsson med flera (2009) framkom även att den muntliga informationen om ett visst hjälpmedel behöver kompletteras med att hjälpmedlet provas praktiskt, innan ett riktigt beslut kan fattas.

Bolttäcket uppfanns 1994 av två danska arbetsterapeuter, Christiansen och Dalsgaard, efter flera års yrkeserfarenheter inom slutna psykiatri i Danmark. Inledningsvis användes en bassäng fylld med bollar som mycket oroliga patienter fick röra sig i för att uppnå en sensorisk integration/avspänning. Som en vidareutveckling av denna idé skapades bolttäcket (Jensen Søe & Pasquali Worm, 2006).

Ett bolttäcke är ett täcke fyllt med ihåliga hårdplastbollar, insydda i ett ruttmönster för att bollarna ska sprida sig så jämnt som möjligt över täcket. Bolttäckets funktion är att ge taktill stimulans genom att bollarnas tryck varierar mot kroppen och genom att ge värme när det används. Detta medför att personens kroppsmedvetenhet ökar och ger även en känsla av fysisk avgränsning i rummet, vilket kan ge personen lugn och ro och ha en avslappnande effekt (Aremyr, 2002).

Grunden till utvecklandet av hjälpmedlet bolttäcke ligger i Ayres teorier om SI, sensory integration, som Jean Ayres beskrev 1972. Hon skildrar samordningen av olika sinnesintryck, dvs. hjärnans möjlighet att få intrycken från de olika sinnen att organiseras och samordnas med varandra. Sinnesintrycken ska sedan samordnas med det motoriska systemet (Andersson, 2004). Brister i denna samordning kan bidra till att barnet inte får en helhetsuppfattning av det som syns, hörs eller känns i kroppen och därför inte reagerar och agerar på ett ändamålsenligt sätt, trots att sinnen och rörelseförmåga i sig inte är skadade (Forsström,

1995). Enligt Ayres är bristen på samordning av sinnesintryck med det motoriska systemet orsak till att en del barn får en störning i sin utveckling och ett avvikande aktivitetsmönster. Dessa barn kan få problem med exempelvis koncentration, koordination, balans och grov- och finmotorik.

Grunden i denna teori ligger i att barnets hjärna ständigt utvecklas och är föränderlig, vilket idag är allmänt accepterat (Johansson, 2000; Andersson, 2004). För att kunna öka hjärnans förmåga att samordna mängden av sensorisk information behöver den stimuli i form av variation, kontinuitet, struktur och utmaningar i rätt proportioner.

Vad som händer i kroppen efter 10-15 minuters avslappning med lugn och beröring har Uvnäs-Moberg (2000) studerat och kommit fram till att det kroppsegna ämnet oxytocin har betydelse. Det är den biokemiska länken för mänskliga relationer som utvecklas vid beröring och behaglig värme då oxytocinet frisätts (Uvnäs-Moberg, 2000). Oxytocinet är ett hormon och en signalsubstans i hjärnan som bildas i speciella nervkärnor i hypotalamus och utsöndras via hypofysen till blodet (www.medicalink.se). Hormonet frisätts som en reaktion på en sensorisk stimulering av nerv från hud eller slemhinnor som vid beröring, lätt tryck, värme och födointag. När oxytocinet frisätts inleds effekter av både somatisk och psykologisk karaktär, det stimulerar till psykiskt välbefinnande, fysisk avslappning och en social interaktion.

De positiva effekterna av oxytocinet kan bland annat bidra till:

- en lugnande effekt
- minskad smärtekänslighet
- minskad stress
- stimulans för tillväxt och läkning
- förbättrad mag- och tarmfunktion
- balanserat blodtryck
- stärkt jaguppfattning
- ökad initiativförmåga.

Dessa effekter kan bli mer långvariga om de sensoriska nerverna aktiveras regelbundet och varierande så att oxytocinet frisätts (Uvnäs-Moberg & Petersson, 2004).

Forskning om effekt

Jensen Søre och Pasquali Worm (2006) har undersökt bolltäcketts effekt på barn och ungdomar i åldern 2-12 år. De har kommit fram till att bolltacket har en positiv effekt bland annat vid problem med sömn och koncentration. Koncentrationsproblem kan observeras t.ex. när barn/ungdomar sitter oroligt eller är oroliga med händer och fötter. Problemet kan även märkas när de har problem att leka i en självvald aktivitet. Barn och ungdomar som har svårt att somna, vaknar på natten och inte känner sig utvilade på morgonen kan även ha nytta av bolltacket. En fungerande sömn är extra viktig för barn och ungdomar för att må fysiskt och psykiskt bra, växa och bygga upp immunförsvaret. Barn som har god sömn har även lättare att lära sig saker, klarar samvaron med kamrater bättre, får bättre livskvalitet och en möjlighet att bygga upp immunförsvaret. Extra viktig är sömnen under barndomen då all intensiv utveckling sker. Därför behöver

barn mer sömn än vuxna. Barns sömnproblem kan även påverka föräldrar och syskon som ofta blir väckta på natten. Detta blir en stressfaktor som ger en negativ påverkan för hela familjen (Akademiska sjukhusets hemsida).

Vem har detta hjälpmedel?

Enligt Hjälpmedelsverksamhetens hjälpmedelshandbok kan bolltäcke ordinerats till barn och ungdomar upp till 20 år efter tre månaders lån och utvärdering. Barn/ungdomar som provar bolltacket ska ha en funktionsnedsättning med sömnproblematik utifrån kognitiva funktioner och vara i behov av ett hjälpmedel för sinnesstimulering (Region Skånes hemsida). Exempel på användargrupper är barn och ungdomar med ADHD, anorexi, cerebral pares, autism, hjärnskador och utvecklingsstörning (Komikapps hemsida).

Antalet bolltäcken som ordinerats via Region Skånes hjälpmedelsverksamhet var 362 stycken i oktober 2010. Fördelning mellan de olika modellerna visas i tabell 1.

Tabell 1. Andel ordinerade bolltäcken per modell, oktober 2010.

Harpo L	Harpo S	Bello L	Bello S	Goso
58 %	5 %	24 %	8 %	5 %

n=362

Bolltäckets utseende och effekt

Bolltacket finns i olika utföranden med möjlighet att välja storlek och tyngd. De modeller som finns upphandlade för Hjälpmedelsverksamheten inom Region Skåne 2010 är Harpo, Bello och Goso.

Tabell 2. Storlek och vikt på respektive modell av bolltäcke.

Modell av bolltäcke	Harpo L	Harpo S	Bello L	Bello S	Goso
Storlek (cm)	140x200	140x100	140x200	140x100	140x200
Vikt (kg)	7	4	6,5	3,5	4-4,5

Harpo är det tyngsta täcket, fyllt med hårdplastbollar. Detta bolltäcke används framför allt då det är behov av omfattande taktil stimulans, t.ex. för barn och ungdomar med autism, DAMP-problematik och neurologiska sjukdomar. **Bello** är ett mjukare och tystare täcke, som innehåller en blandning av små polystyrenbollar och hårdplastbollar insydda i rutor och är fodrat med vadd. Detta täcke stimulerar den ytliga sensibiliteten mer och tyngdverkan är mindre. Det används främst till små barn men även till äldre som tycker andra bolltäcken är för tunga. Den tredje modellen, **Goso**, är lättare än övriga täcken då det enbart har en polystyrenfyllning som är lätt och mer följsam. Detta täcke används främst när målet inte är den djupa taktila stimulansen utan trygghet och avgränsning.

Yttertyget runt alla bolltäckesmodeller är idag, efter Region Skånes senaste upphandling av bolltacket från 2010, av ett flamsäkert material, Trevira CS¹.

¹ Bolltacket finns även med bomull i yttertyget, men är inte upphandlade 2010. I denna undersökning har alla bolltäcken i modellerna Harpo och Bello yttertyg i bomull och alla i modellen Goso yttertyg Trevira CS.

För att enklare kunna förflytta bolltacket medföljer en bolltäckesbag vid nybeställning av bolltäcke (Komikapps hemsida).

Bolltacket kan användas på olika sätt utifrån individuella behov och förutsättningar. Det kan läggas som ett vanligt täcke kring kroppen både i sängen och i en fåtölj. Täckets kan även användas genom att barnet ligger på/under det eller sveper det tätt om sig. En del barn brukar ha bolltacket hela natten, medan andra kombinerar sitt vanliga sovtäcke med bolltacket en längre eller kortare stund för att komma till ro (Komikapps hemsida). När barnet rör sig på/under täcket flyttar kulorna sig och det blir ett nytt tryck mot kroppen som ger en respons till hjärnan. Detta varierande tryck mot kroppen ger barnet en känsla av avgränsning av sin kropp och därigenom en ökad trygghetskänsla och en lugnande inverkan (Jensen Søe & Pasquali Worm, 2006).

Syfte

Syftet med denna studie är att beskriva barns/ungdomars och deras närståendes erfarenheter av hjälpmedlet bolltäcke.

Frågeställningar:

- Vid vilka problemområden används hjälpmedlet bolltäcke?
- I vilka situationer används bolltacket?
- Hur upplevs bolltäckets kvalitet?
- Vilka åsikter finns kring den information och uppföljning som utförs av ordnatören av hjälpmedlet?

Metod

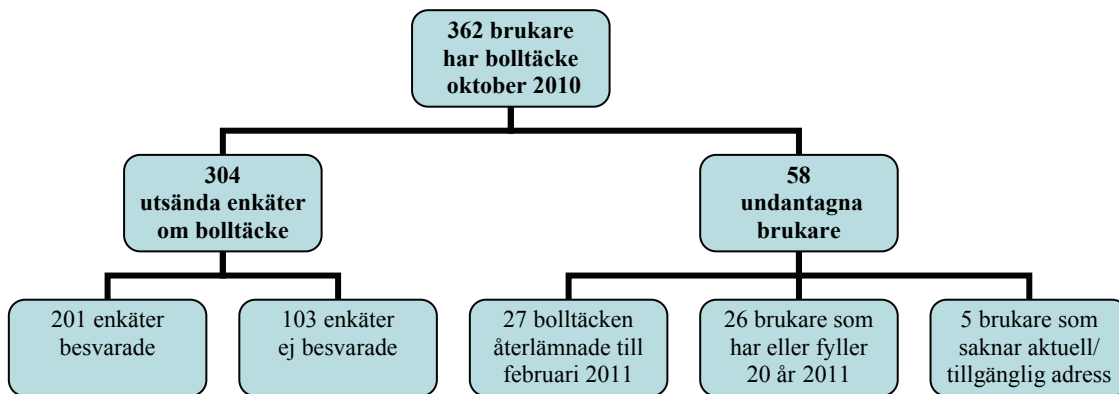
Undersökningen genomfördes med hjälp av en enkät som skickades ut till de 304 barn och ungdomar som i oktober 2010 hade ett bolltäcke ordinerat via Hjälpmedel Region Skåne². Frågorna i enkäten utformades i dialog med kognitionsnätverksgruppen inom Hjälpmedelsverksamheten Region Skåne samt Forsknings- och utvecklingsenheten inom Habilitering & Hjälpmedel (se bilaga 1). Uppföljning av hjälpmedel utifrån brukarnas egna perspektiv har stor betydelse för att nå en optimal användning. Därför har vi i denna undersökning riktat frågeformuläret både till barnen/ungdomarna och till deras föräldrar/nätverk. För en del barn kan det dock vara svårt att självständigt svara på alla frågor. Därför är det upp till familjen att bestämma vem som svarar på denna enkät.

Urval och svarsfrekvens

I oktober 2010 erhöles en lista på 362 barn och ungdomar som fått bolltäcke ordinerat och utlämnat via Hjälpmedelsverksamheten inom Region Skåne. Vid en genomgång av listan undantogs alla som återlämnat bolltacket och de ungdomar som redan fyllt eller skulle fylla 20 år under 2011 samt de barn och ungdomar

² Ordinatörer av bolltäcke är arbetsterapeuter med arbetsområde inom barn- och ungdomshabiliteringen, barn- och ungdomspsykiatri, vuxenpsykiatri samt primärvården.

som saknade aktuell/tillgänglig adress (se figur 1). En enkät om bolltäckes skickades under februari 2011 till resterande 304 barn och ungdomar som använt bolltäckets i minst fem månader. En påminnelse sändes efter tre veckor till dem som det då saknades svar från. Totalt besvarades 66 % av enkäterna. En sammanställning kring dem som inte besvarade enkäten visar inte något avvikande i ålder och kön.



Figur 1. Urval av medverkande brukare i enkätundersökningen samt antal besvarade enkäter.

Etiska överväganden

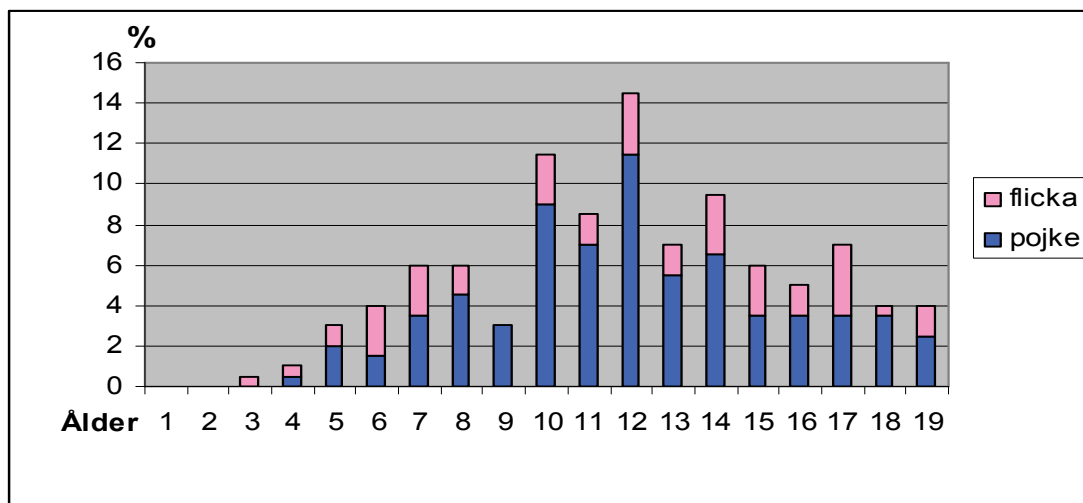
Namnen på de medverkande till denna uppföljning togs fram ur Hjälpmedelsverksamhetens datorprogram, SESAM 2³. För att säkerställa anonymitet har de utsända enkäterna kodats med ett nummer så att inga svar kan identifieras. Alla uppgifter i enkäten avrapporteras på ett sådant sätt att enskilda personer inte kan identifieras.

³ Hjälpmedelssystem för hantering av ordinationer av hjälpmedel, lager, inköp, service mm.

Resultat

Bakgrundsuppgifter

Brukarna av bolltacket är mellan tre och 19 år gamla, 30 % är flickor och 70 % är pojkar. För kön och åldersfördelning, se figur 2.



Figur 2. Ålder och kön i %. n=201

Av de 201 inkomna svaren är det 75 % (n=151) där brukarnas förälder har fyllt i enkäten, medan 10,5 % (n=21) fyllts i av brukarna själva och 10 % (n=20) av brukarna tillsammans med förälder. För resterande 4,5 % (n=9) har syskon eller en person på familjehem där brukaren bor fyllt i enkäten.

Brukarna har ordinerats olika bolltäckesmodeller. I tabell 3 redovisas vilka dessa modeller är samt antal ordinerade. Fem personer har försetts med två bolltäckten vardera.

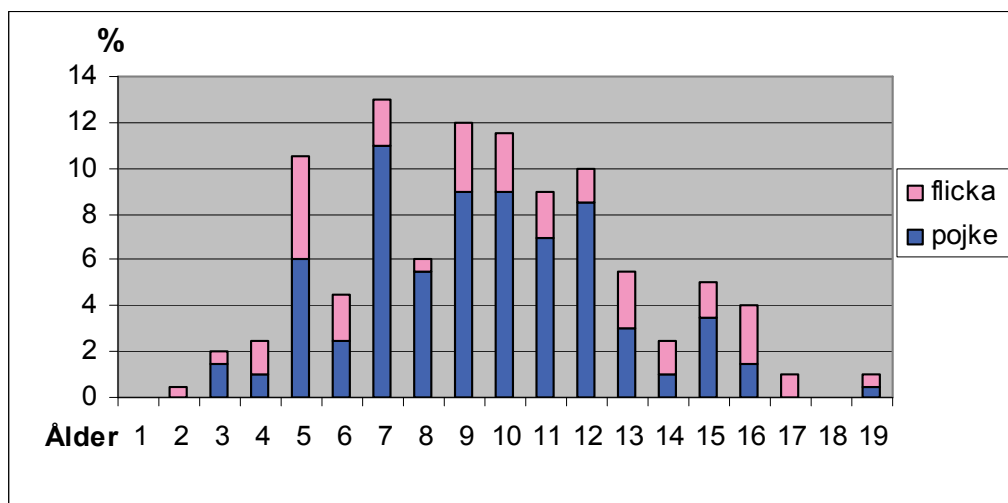
Tabell 3. Ordinerade bolltäckten av respektive modell hos respondenterna.

Modell	Antal ordinerade
Harpo Large	122
Harpo Small	10
Bello Large	49
Bello Small	15
Goso Large	10

n=206

Barnets ålder vid introducering av bolltäck

Sammanställningen av enkäten visar att det är vid varierande åldrar som bolltäck introducerats, se figur 3.



Figur 3. Ålders- och könsfördelning när bolltäck har ordinerats. n=201

Vid fem års ålder är det en markant ökning av ordinationer av bolltäck för både flickor och pojkar. Därefter ges flest bolltäck till pojkar, framförallt mellan sju och 12 års ålder. I tonåren minskar antalet ordinationer och skillnaderna mellan könen avtar.

Anledning till ordination

Första frågan i enkäten handlar om varför barnen/ungdomarna ordinerats ett bolltäck. Svartalternativen är ångest/oro, lugnande, somna och annan orsak. Mer än ett alternativ har fyllts i av flera brukare/närstående.

Tabell 4. Anledning till ordination av bolltäck.

Problem	Antal
Ångest/oro	49
Lugnande	122
Somna	160
Annan orsak	19

n=201

Den vanligaste anledningen till behov av bolltäck var att det är problem med att *somna på kvällen*. Två kommentarer från föräldrar som angett detta som problem var: ”mycket svåra sömnproblem”, ”i början användes bolltäck för att somna, numera är det för att lugna dagtid”. Behov av *lugnande* åtgärd var den näst vanligaste anledningen till ordination av bolltäck. Kommentarer från två föräldrar var: ”vaknar ofta på natten”, ”vaknar på natten och lägger sig hos oss, ligger och river och sparkar”. Den tredje största anledningen till att bolltäck ordinerades var *ångest/oro*. En förälder förklarade ”att barnet är i behov av trygghet”. Av de 19 föräldrar och ungdomar som markerat *annan orsak* som anledning till ordinationen förklarade flera, att problemet inte var att kunna

sova lugnt i sin egen säng utan att barnet vaknade på natten. Två andra barn hade problem med smärtor, och en förälder noterade ”på grund av reumatism – mår bra av det då det lindrar smärtan”. Den andra föräldern skrev ”har mycket svårt att sova och hade mycket värk av spänning i kroppen”. Ytterligare en orsak till ordination var ”att stilla hans ofrivilliga rörelser så att han kan somna”. Samtliga kommentarer som framkommit på denna fråga finns i bilaga 2.

Användningsfrekvens och användningssätt av bolltäcke

Under denna rubrik redovisas hur ofta barn och ungdomar använde bolltacket inför sänggåendet till natten. Vidare presenteras om och hur bolltacket användes vid andra situationer dagtid.

Användning vid sänggående till natten

I enkäten finns en fråga om bolltacket används inför sänggåendet till natten (se tabell 5). Därefter följer en fråga om hur ofta det i så fall används. Det finns sju svarsalternativ att välja mellan för att beskriva användningsgraden (se tabell 6).

Tabell 5. Användning av bolltäcke inför sänggående.

	Andel, %
Ja	66
Ibland	26
Nej	7
Ej svar	1

n=201

Tabell 6. Användningsgrad av bolltäcke inför sänggående.

	Ja
Varje kväll	104
Några gånger i veckan	23
En gång i veckan	1
Några gånger i månaden	1
En gång i månaden	2
Aldrig	1
Ej svar	0
Totalt	132

n=132

66 % av barnen och ungdomarna använde bolltacket inför sänggåendet enligt enkäten, och 104 av dessa gjorde det varje kväll. En av ungdomarna förklarade att bolltacket användes varje kväll men påpekade också att ”det beror på om jag fryser då använder jag hellre det vanliga täcket och bolltacket över eller inte alls bolltacket under perioder”. 23 barn och ungdomar använde det några gånger i veckan. En av dem noterade att ”under de två första åren användes det varje kväll efter det några gånger i veckan”. Resterande fem hade det

på sig mer sällan och en motivering var: "I början varje kväll även dagtid. Men då täcket är så tungt blev det mindre och mindre. [Barnet] ville ha först bolltacket sedan sitt vanliga täcke. Var ska man ha ett så stort och tungt täcke?"

26 % använde bolltacket *ibland*. 28 av dem nyttjade bolltacket varierande eller i perioder, t.ex. under vintertid, från varje kväll till en gång i veckan. En förälder förklarade: "barnet är hos pappan varannan vecka". Två barn använde bolltacket en gång i månaden. En förälder gav denna förklaring: "används endast ett fåtal gånger nu, har blivit lugnare". Det var tre barn och ungdomar som noterade att de använde bolltacket mer sällan än en gång i månaden. Ett förtydligande från en förälder var "nästan aldrig". Resterande 14, som använde bolltacket ibland, gjorde det några gånger i månaden.

7 % använde *inte* bolltacket, och en kommentar var: "används inte idag, hjälpte inte". Fyra barn/ungdomar använde bolltacket dagtid i stället. Två motiveringar noterades: "används dagtid vid middagsvilan på förskola. Skulle behöva det hemma också men förflyttar det bara till helgerna om man orkar flytta detta hjälpmedel också". Den andra kommentaren var: "vilar ofta middag med bolltacket. Lider av migrän och då fungerar täcket bra".

Används bolltacket vid andra tillfällen under dagen?

var fråga 5 i enkäten. Av de inkomna 201 svaren var det 25 % av barnen och ungdomarna som använde bolltacket även på dagen. 74 % använde det inte alls dagtid, men en förälder noterade "tack för tipset att det kan användas dagtid". 1 % har inte svarat på denna fråga.

Fråga 5a ställdes för att få fram *vid vilka situationer bolltacket används under dagen*. I enkäten finns alternativ med möjlighet till ett fritextsvar för att beskriva när man dagtid använder bolltacket. Mer än ett alternativ kan anges.

25 % använde bolltacket på dagen och av dem var det 33 barn och ungdomar som hade det vid avslappning. 22 barn och ungdomar använde det när de tittade på TV. Ett barn använde inte bolltacket på natten utan enbart när barnet tittade på TV. En förälder hade försökt låta sitt barn använda bolltacket vid TV-tittande men "det fungerade ej". Det var 13 barn och ungdomar som använde bolltacket i samband med att de läste eller lyssnade på en bok. En av dessa använde bolltacket enbart vid detta tillfälle och inte på natten. 12 barn och ungdomar hade bolltacket när de lyssnade på musik och tre i samband med lek. Vid rubriken "annan aktivitet/tillfälle" angav tre föräldrar att deras barn använde bolltacket vid andra aktiviteter såsom "vid TV-spel", "vilar tillsammans med Body Rocker" och "vid ångest, oro och vissa fall vid tvångsbeteende och stress". Ett barn använde täcket vid middagsvilan på förskolan.

Nästa fråga var *Hur ofta används bolltacket vid andra tillfällen än vid sänggåendet?*. Svartalternativen visas i tabell 7.

Tabell 7. Användningsfrekvens dagtid av bolltäck.

	Antal
Varje dag	10
Några gånger i veckan	21
En gång i veckan	4
Några gånger i månaden	11
En gång i månaden	1
Ej svar	2

n=49

Av de 49 barn och ungdomar som använder bolltäckets dagtid är det 35 som använder det minst en gång i veckan vid någon aktivitet. En förälder beskriver användningen för sitt barn på följande sätt: ”varje dag periodvis när det är för mycket omkring honom, behöver vila varje dag. Under lugnare perioder räcker det med några gånger i veckan”. Det vill alltså säga att av de 201 som svarat på enkäten är det 17 % som använder bolltäckets regelbundet dagtid.

Effekt

Har bolltäckets effekt på ditt/ditt barns problem? och Har användningen inneburit minskning av annan insats såsom ändrad medicinering eller stöd från annan person? var de två nästa frågorna. Vid frågan om bolltäckets effekt finns det tre svarsalternativ: *ja/nej/vet ej* med möjlighet till egen kommentar. I tabell 8 och 9 har svaren delats upp beroende på vem som lämnat svaret. I den första kolumnen är svaren från både brukaren själv och brukaren tillsammans med förälder. I den andra kolumnen är enbart svar från brukarens nätverk.

Tabell 8. Effekt av bolltäck i frekvens och procent.

	Brukare	Nätverk	Total frekvens	Total %
Ja	36	116	152	76
Nej	4	17	21	10
Vet ej	1	22	23	11
Ej svar	0	5	5	3
Summa	41	160	201	100

n=201

Av de 201 inkomna svaren var det 76 % som angav att bolltacket hade *positiv effekt* på barnens/ungdomarnas problem. Majoriteten av svaren från brukarna var att bolltacket gjorde det lättare att somna. Övervägande delen av svaren från nätverket var att bolltacket hade en lugnande effekt.

Tabell 9. Beskriven positiv effekt av bolltäckte i frekvens och procent.

	Brukare	Nätverk	Total frekvens	Total %
Somnar lättare	14	36	50	33
Lugnande	9	44	53	35
Bättre sömn	9	19	28	18
Mindre värk	2	1	3	2
Övrigt	0	3	3	2
Ingen motivering	2	13	15	10
Totalt	36	116	152	100

n=152

33 % angav att bolltacket hade bidragit till att det blivit lättare att somna och att det också gått snabbare. En förälder skrev: ”innan bolltacket tog det en till två timmar för honom att somna. Nu med bolltacket tar det 15-30 minuter”. Vidare framkom det att för 18 % hade nattsömnen blivit bättre. En förklaring kan vara den som tolv brukare/nätverk påtalade, nämligen att de nu ligger mer stilla i sängen och därför får bättre ro på natten. En förälder förtydligade detta så här: ”har inte spasm och ’sprall’ i armar och ben, blir lugn och ligger stilla”. För 35 % beskrevs effekten som lugnande. En brukare skrev: ”bolltacket hjälper mig att slappna av och bli harmonisk, när jag vaknar känner jag mig trygg med bolltacket”. En förälder gav följande förklaring: ”han säger att tacket kramar om honom, därför behöver jag inte längre ligga och hålla och krama honom i sängen”. Tre barn och ungdomar upplevde att användning av bolltacket ledde till att de hade mindre värk i kroppen. Under rubriken övrigt noterades: ”bolltacket fungerar om man gör pauser i användandet”. Övriga kommentarer från brukare och deras nätverk om effekt av bolltacket finns i bilaga 3.

Det var 10 % som svarade att de inte upplevt någon effekt av bolltacket (se tabell 8). Denna åsikt kom främst från nätverket. Fyra kommentarer noterades. En förälder motiverade sitt svar med att ”barnet somnar fortfarande sent om nätterna”. En annan kommentar var att ”tacket gjorde mycket ljud när hon skulle vända sig - oväsen”. Den tredje noterade ”svårt att utvärdera, eventuellt något bättre och längre nattsömn”. Till sist framkom det från en förälder: ”hon hade svårt med att hantera impulser när hon ska somna. Hade även svårt med att somna själv- mycket spring. Tacket hann inte få någon effekt, svårt att utvärdera effekt nattetid. Märkte inte någon större skillnad på sömnkvaliteten, som även innan var god, sov kanske någon timme längre. Det var värdefullt mot tidigare”.

11 % svarade *vet ej* (se tabell 8). En förälders förklaring till denna bedömning var ”somnar lättare men inte fullt ut”. Från en förälder till ett yngre barn gavs följande förtydligande: ”fungerade till en början då hon tyckte det var roligt och därför kunde ligga stilla och på så vis somna lättare. När det sen blev en vana och det inte var lika roligt mer, hade hon inte hjälp av det så vi slutade använda det. Det var också för varmt för henne”. Övriga kommentarer finns i bilaga 3.

Förändring av insats

Vid frågan *Har användningen av bolltacket inneburit minskning av andra insatser?* finns två svarsalternativ, *ja* och *nej*, med möjlighet för kommentar. Det framkom att för 36 barn och ungdomar hade bolltacket inneburit en minskning av andra insatser, medicin eller stöd från annan person. Minskat stöd av annan person upplevdes av 23 barn och ungdomar eller deras närstående. Den vanligaste beskrivningen var att föräldrar inte behövde sitta lika länge eller inte alls vid barnens sida för att de skulle somna. Några andra föräldrar beskrev att barnet sov bättre, stannade kvar mer i sin egen säng och att det var lugnare på natten. En annan åsikt var ”hela familjen sover bättre”. För tio barn och ungdomar framkom det att de hade kunnat minska sin användning av sömntabletter eller helt sluta med dem. Övriga tre angav inte på vilket sätt insatserna hade minskats.

77 % av samtliga respondenter svarade att de inte upplevde att det hade minskats på andra insatser i och med användningen av bolltacket. I fyra kommentarer framkom det att bolltacket var ett bra komplement till mediciner. En förälder menade att ”bolltacket har inte inneburit minskning av medicin men vår dotter har en känsla av att bolltacket gör henne lugnare”. En annan förälder noterade: ”men han blir lugnare och har inga mediciner för att sova endast medicin och assistent i skolan dagtid”. Två föräldrar svarade mer tveksamt på denna fråga, en förälder beskrev ”viss effekt men tar även mediciner”. Övriga 5 % har inte svarat på denna fråga.

Faktorer som kan påverka användandet

Under denna rubrik tas upp om det behövs assistans vid användandet av bolltacke. Vidare redovisas hur bolltacket upplevs med tanke på vikt, storlek och kvalitet. Slutligen redovisas hur såväl den initiala informationen kring användandet av bolltacke som uppföljningen upplevs. Svaren redovisas utifrån samtliga 201 respondenters svar.

Behövs assistans för att använda bolltacke?

62 % av barnen och ungdomarna behövde inte någon assistans vid användningen av bolltacket. En förälder kommenterade: ”tar gärna det själv”. 34 % hade behov av assistans eller delvis assistans vid användningen. 4 % har inte svarat på denna fråga. Av dem som behövde assistans var det 41 barn och ungdomar som gavs hjälp av närstående att lägga på sig bolltacket på kvällen för att få det om sig så bra som möjligt. Bolltacket måste även skakas så att bollarna fördelas rätt. En förälder beskrev detta: ”det behövs minst en gärna två personer som puffar till tacket varje kväll för att bollarna ska ligga rätt. Det är jättetungt.” Åtta föräldrar angav att deras barn och ungdomar behövde hjälp att få på sig bolltacket igen när de sparkat av sig det på natten. En förälder till en sjuårig flicka noterade: ”bolltacket är väldigt tungt och otympligt så vi får hjälpa till och lägga på det.

Under nattetid får vi även ibland hjälpa till, trillar det ner på golvet orkar hon inte få upp det”. Liknande kommentar kom från föräldern till en 19-åring: ”han har lätt att sparka och då kassar täcket ner så man får ofta kolla om det ligger på honom”. Fyra andra barn och ungdomar blev varma under bolltäckets och behövde hjälp att ta av det helt eller delvis när de somnat. En förälder till en 18-årig pojke som behövde assistans vid användandet av bolltäckets påpekade: ”måste ha uppsikt över honom eftersom han drar täcket över sig och kan inte få bort det. Så man måste kolla honom ofta och sen när han sover ta bort det”. En annan förälder beskrev behovet av assistans med att ”sonen behöver hjälp att få på täcket men klarar att krypa ut ifrån det själv”.

Ett annat behov av assistans var påminnelse, uppmuntran och stöd till att använda bolltäckets. Åtta barn och ungdomar behövde denna typ av assistans. Ett barn som använde bolltäckets dagtid ”behöver blir påmind att mysa i täcket”, enligt föräldern. Andra typer av stöd som nämndes av föräldrarna var: ”måste vara med, ligga bredvid”, ”han vill ha sällskap”, ”jag får hålla honom i handen” och ”vara med för att hon inte var van vid sådant täcke”. Personliga assistenterna till ett annat barn beskrev hur de assisterar: ”vi sitter med kunden under täcket. Assistent kan ibland erbjuda kunden täcket i de situationer som kunden själv inte klarar av att ta beslutet p.g.a. måendet”. Ett fåtal barn och ungdomar behövde endast hjälp vid bäddning eller byte av påslakan.

Vikt och storlek på bolltäckets

En faktor som kan påverka användningen av bolltäckets är täckets utformning. Därför var nästa två frågor i enkäten inriktade på vikt och storlek på bolltäckets. Svaren presenteras i en femgradig skala. Fem barn/ungdomar har två bolltäckets var, och samtliga är inräknade i tabell 10 och 11 samt figur 4.

Vikt

Vikten på bolltäckets varierar beroende på modell, se tabell 10.

Tabell 10. Bedömning av respektive bolltäckets vikt i frekvens och procent.

n=206

	Harpo L 7 kg	Harpo S 4 kg	Bello L 6,5 kg	Bello S 3,5 kg	Goso 4-4,5 kg	Total frekvens	Total %
Inte alls nöjd	8	0	3	2	3	16	8
Inte särskilt nöjd	17	2	4	2	1	26	13
Mer eller mindre nöjd	21	3	7	2	1	34	17
Ganska nöjd	38	4	24	4	3	73	35
Mycket nöjd	32	1	11	4	0	48	23
Ej svar	6	0	0	1	2	9	4
Summa	122	10	49	15	10	206	100

23 % var *mycket nöjda* med vikten på bolltäckets. I denna kategori fanns det nio personer som påtalade att bolltäckets ska vara tungt för att få fram den lugnande effekten och att brukaren tycker det är skönt. Två föräldrar beskrev detta som

att "bolltäcket är väl avvägt till dotterns storlek" och "bolltäcket är tungt och det är bra". En pojke i övre tonåren påpekade motsatsen i sin kommentar "det känns nästan för lätt ibland". Ett problem som framkom i tre kommentarer var att de var mycket nöjda med vikten på bolltäcket men att det var tungt att hantera.

Det var 35 % som svarade att de var *ganska nöjda* med bolltäcket vikt. En tonåring motiverade detta svar med att "sju kilo är tungt att bära men när man ska somna så känner man precis var kroppen är". I åtta kommentarer framkom att den som använder täcket har god effekt av det men svårigheter att hantera det. En beskrivning var att "min son tycker det är jobbigt när han ska vända sig men förstår att det är vikten på täcket som hjälper hans kropp att ligga stilla". Två ungdomar som använder bolltäcket hade problem med att effekten inte var konstant. En förälder beskrev hur de löst detta problem: "Vårt barn sover med täcket i några veckor i taget, byter sen några dagar då täcket känns för lätt". Tre kommentarer handlade om att bolltäcket upplevdes som varmt, framförallt på sommaren. En annan åsikt som framfördes här var: "tyckte det var tungt i början men man vänjer sig".

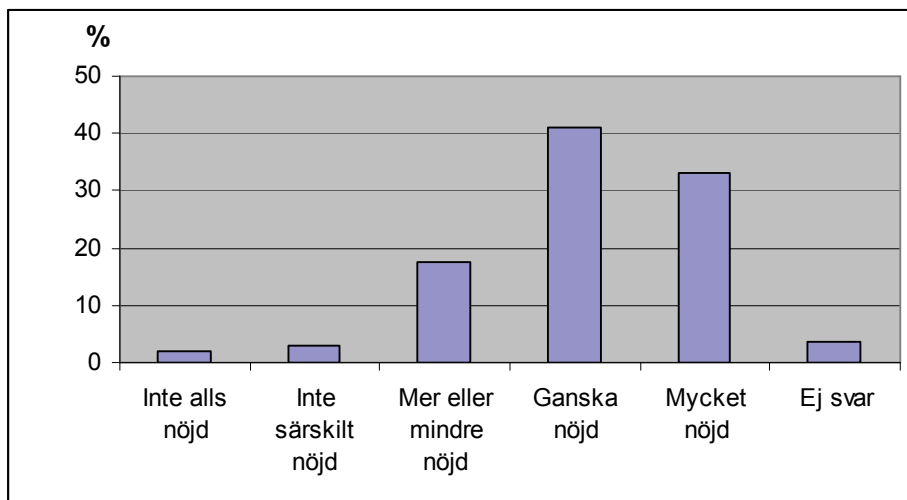
Av de 16,5 % som angav att de var *mer eller mindre nöjda* med vikten på bolltäcket framkom det i fyra svar att de ansåg att deras täcken var för lätta. En tonåring såg dock ett problem med detta: "personligen skulle jag vilja ha det tyngre vid användning men tyngden gör det jobbigt att bädda om och flytta till och från sängen speciellt då jag har en loftsäng". Två ungdomar hade problem med att bolltäcket upplevdes för tungt i början men ansåg nu att det var lagom tungt. Dock var det flera som ansåg att täcket var för tungt i samband med att själv klara att lägga på sig täcket och vid bäddning.

13 % var *inte särskilt nöjda* med tyngden på bolltäcket och här var det tre föräldrar som framhöll problem med att täcket var för tungt och varmt. En av dessa beskrev det som "ganska tungt, blir snabbt inestängt och varmt" och en annan som "för tungt och varmt för ett yngre barn". En förälder till ett större barn som också tyckte att täcket var tungt och varmt skrev: "dock fungerar det utmärkt som ett underlag, hon upplever att trycket från bollarna är skönt". Föräldern till ett mindre barn delade inte denna uppfattning: "Täcket är obekvämt att sova på". Sju barn och ungdomar tyckte att bolltäcket var för tungt att ha på sig. En förälder till en tonåring hade löst detta genom att endast använda det cirka 30 minuter varje gång. Ett annat problem som framfördes av en förälder var att "han tycker det väger för mycket och kan inte själv fixa till det på natten och har svårt att vända sig". Flera tyckte att täcket var för tungt och därmed besvärligt att bära med sig och hantera.

8 % av respondenterna var *inte alls nöjda* med vikten på bolltäcket. Hälften motiverade svaret med att bolltäcket var för tungt och/eller obekvämt. En tonåring konstaterade att det var "sjukt tungt, fick panik". Ett annat problem som en förälder framhöll var att "det var inte jätt tungt men tungt nog för att kasa" och var därför inte alls nöjd med vikten på täcket. En 12-åring som använde ett stort bolltäcke "skulle vilja ha det tyngre". Missnöje med att täcket även var för varmt framkom från två tonåringar.

Storlek

Den andra faktorn som kan påverka användningen är storleken på bolltacket. Bolltäckena finns i två storlekar. Harpo L, Bello L och Goso har måtten 140×200 cm. Harpo S och Bello S har måtten 140×100 cm. I figur 4 redovisas svaren på frågan om hur man bedömer storleken på bolltäckena.



Figur 4. Bedömning av storleken på bolltärke. N=206

Av svaren på denna fråga framkommer det att de flesta, 74 %, var ganska eller mycket nöjda med storleken på sina bolltäckena oberoende av modell. Av dem, som var *mycket nöjda* med storleken på de större bolltäckena, var det flera som menade att tacket var lagom stort eller hade samma storlek som ett vanligt tække. En motivering från en äldre tonåring var: ”täcker bra, även om jag är rätt lång så är jag nöjd”. Föräldern till ett yngre barn beskrev att ”bolltacket är stort och brett, vår son kan ”kapsla in sig” så han kommer till ro”. En annan motivering till svaret var: ”storleken inga problem bara vikten”. En mer ambivalent åsikt om storleken framfördes: ”mycket nöjd att ligga under men tar för stor plats vid förvaring”. En förälder till ett barn som idag använder ett *mindre* bolltärke och är mycket nöjd med storleken framhöll: ”Provade först den stora storleken, den lilla storleken passar oss bättre”.

Ganska nöjda med storleken på bolltacket var 41 % av de tillfrågade. Kommentarer från tre föräldrar vars barn använde ett mindre bolltärke var: ”kunde ha varit en större storlek”. En annan kommentar kom från en förälder till en fyraåring som var ganska nöjd med storleken på det mindre bolltacket: ”Fick först ett vuxentärke som inte alls fungerade, fick sen byta till ett barntärke som var bättre men ändå aldrig blivit populärt hos vår dotter”. Kommentarer från de barn och ungdomar som hade ett större bolltärke och var *ganska nöjda* med storleken var varierande. I tre kommentarer, där användarna var mellan elva och 14 år gamla, framkom det att bolltacket upplevdes som för litet, ”kanske lite kort, är rätt lång ungdom”. Det var lika många som nämnde att de skulle kunna tänka sig en mindre storlek på bolltacket. En motivering var: ”kunde vara lite mindre speciellt eftersom man vill tvätta det så krävs en extremt stor tvättmaskin eller att lämna in det hos en tvättfirma”. En förälder förtydligade sitt svar med ”svårt att få vanliga påslakan att passa om”.

17,5 % svarade att de var *mer eller mindre nöjda* med storleken på bolltacket. Av dem var det fem föräldrar som noterade att de upplevde att de stora täckena var för stora och svåra att hantera. Ett annat problem som nämdes var ”klumpigt, stannar inte kvar i ett påslakan, svårt att stoppa tillbaka”. Två äldre ungdomar ansåg att det stora täcket var lite för litet, ”fötterna sticker ut”. Föräldern till ett barn som har bolltacket som underlag i sängen ansåg att det ”kunde vara lite mindre”. Från dem som hade det mindre bolltacket, gavs ingen kommentar till denna bedömning.

Ett mindre antal var *inte särskilt nöjda* eller *inte alls nöjda* med storleken på bolltacket. Fem kommentarer från dem som hade ett stort bolltacke handlade om att detta upplevdes som för otympligt och svårhanterligt. Två kommentarer från ungdomar som hade det mindre bolltacket var ”lite kort” och ”vill gärna ha ett större”, och de var därmed *inte särskilt nöjda* med storleken på täcket.

Kvalitet

Nästa fråga i enkäten gav svar på hur bolltäckets hållbarhet och kvalitet upplevs. I denna undersökning har samtliga bolltäckena av modellerna Harpo och Bello yttertrog tillverkat i bomull. Bolltacket Goso har yttertrog tillverkat i Trevira CS. Svaren redovisas i tabell 11.

Tabell 11. Kvalitetsbedömning utifrån varje modell av bolltacke i frekvens och procent.

	Harpo L	Harpo S	Bello L	Bello S	Goso L	Total frekvens	Total %
Inte alls nöjd	0	0	1	0	0	1	1
Inte särskilt nöjd	5	0	3	0	1	9	4
Mer eller mindre nöjd	16	1	3	0	1	21	10
Ganska nöjd	29	5	16	6	3	59	29
Mycket nöjd	63	4	26	7	3	103	50
Ej svar	8	0	1	2	2	13	6
Summa	121	10	50	15	10	206	100

n=206

Överlag var de flesta nöjda med kvaliteten och hållbarheten på de olika bolltäckena. De kommentarer som framfördes om bolltacket Harpo L gav till svar att flera som var *mycket nöjda* inte hade några problem med vare sig kvaliteten eller hållbarheten. En förälder som uppgav sig vara *ganska nöjd* förklarade att det ”börjar bli slitet nu” efter fem års användning. De som var *mer eller mindre nöjda* med Harpo L inbegrep tre som angav att täcket hade börjat gå sönder; dock hade det använts under en längre tid. Av dem som menade sig vara *inte särskilt nöjda* med kvalitet och hållbarhet på modellen Harpo L påpekade en förälder: ”har haft sönder bolltacket, borde vara starkare material då det används till barn med autism”.

För det andra stora täcket, Bello L, framkom det i tre kommentarer att bolltäcket hade hållit mycket bra trots lång användning, och de som gav dessa kommentarer var därför *mycket nöjda*. En anledning till hållbarheten kan vara det som en förälder noterar: ”vi har haft det i många år men aldrig tvättat det, bara vädrat det”. Bland dem som var *ganska nöjda* var det tre brukare som hade åsikter om tvättningen av täcket och att ”det kunde vara lite mer luftigt”. Av de tre brukare som var *mer eller mindre nöjda* med kvaliteten angav en som använt täcket i sju år att ”yttskiktet går fort sönder”. Kommentarer från de *inte särskilt nöjd och mer eller mindre nöjda* med kvaliteten på bolltäcket var att sömmarna och tyget lätt går sönder efter ett till två års användning.

Ytterligare ett bolltäckes av den större modellen är Goso. Utav de tio som hade detta bolltäckes var det sex som var *ganska eller mycket nöjda* efter att ha använt det upp till två år. De upplevde inte några problem med kvaliteten. En kommentar från en *inte särskilt nöjd* brukare som hade använt täcket i sex år var: ”Det är en obehaglig kvalitet, stickigt, hårt, luktar syntet och känns ofräscht. Trodde det skulle vara mjukt mellantungt och tvättbart”.

Bedömningen av kvalitet och hållbarhet på de mindre bolltäckena, Harpo S och Bello S, var positivare. Av de 25 som hade denna typ av bolltäckes var det 22 som var *ganska eller mycket nöjda*; de hade använt bolltäckena från sex månader till sju år. Inga ytterligare kommentarer lämnades.

Information kring bolltäckes

Vad tycker du om informationen kring användandet av bolltäcket som du fick när du/ditt barn fick bolltäcket? var nästa fråga i enkäten. Ordinatören av ett hjälpmedel ansvarar för information om hjälpmedlet till brukarna och deras närstående, hur det ska användas och skötas. I tabell 12 är åsikten om informationen sammanställd utifrån vem som har svarat på enkäten, dels brukaren och/eller förälder, dels enbart brukarens nätverk.

Tabell 12. Bedömning av information i frekvens och procent.

	Brukare	Nätverk	Total frekvens	Total %
Inte alls nöjd	0	0	0	0
Inte särskilt nöjd	1	3	4	2
Mer eller mindre nöjd	2	19	21	10
Ganska nöjd	14	59	73	36
Mycket nöjd	21	69	90	45
Ej svar	3	10	13	7
Summa	41	160	201	100

n=201

Övervägande delen av de tillfrågade var ganska eller mycket nöjda med informationen som gavs i samband med utlämnandet av bolltacket. 45 % var *mycket nöjda*. Tre kommentarer var: ”bra information och de lyssnade på våra behov. Vi visste inte ens att bolltacke fanns innan”, ”personalen var kunnig och informativ” och ”hembesök och grundlig genomgång”. En annan förälder noterade att ”bra beskrivning medföljer”. 36 % svarade att de var *ganska nöjda*, men en brukare framhöll: ”hade varit bra om man fått känna på täckena innan eftersom det finns med olika vikt”. Tre föräldrar förtydligade sina svar med att de själva hade tagit fram fakta om bolltacket och redan visste hur det fungerade. En förälder saknade dock svar på två frågor när informationen gavs: ”hur tvättar man det och hur lång är hållbarhetstiden?” En kommentar från en annan förälder var: ”fick ingen information om andra användningstillfällen”. 10 % var *mer eller mindre nöjda* med informationen kring användningen av bolltacket. Tre motiveringar till detta svar handlade om att de inte fick så mycket information. ”Tacket är väldigt lätt att använda, inget avancerat”, ”visste ganska mycket om bolltacket redan innan” och ”fick ingen särskild information mer än att man skulle prova någon timme innan man hade det hela natten.” 2 % var *inte särskilt nöjda* med informationen. En brukare motiverade sitt svar med: ”fick ingen direkt information”. Tre föräldrar förklarade att de upplevde informationen som alltför ytlig. ”Lite tips och råd kunde ha varit bra” framhöll en tonårsförälder. Resterande 7 % har *inte svarat* på frågan.

Uppföljning

Nästa frågeställning var *Vad tycker du om uppföljningen (återkommande stöd och hjälp) som du fått i samband med användningen av bolltacket?* Ordinatören har ett uppföljningsansvar för att få en uppfattning om hur bolltacket fungerar för den som ordinerats hjälpmedlet och ska vara behjälplig med råd och stöd.

20 % var *mycket nöjda* med uppföljningen av bolltacket. En förälder motiverade sitt svar med att ”vi har inte behövt råd och stöd”. En annan förälder till en tonåring noterade: ”Det räcker. Man orkar inte hålla på med en massa uppföljningar. Hade det inte fungerat så hade man ju lämnat tillbaka det”. 25 % var *ganska nöjda* med uppföljningen. Två föräldrar angav som uppföljning att de pratat om bolltacket på barnhabiliteringen vid besök där. Den ena föräldern noterade: ”har fått mycket stöd då”.

Det var 29,5 % som var *mer eller mindre nöjda* med uppföljningen. I denna kategori var det elva som kommenterade att de inte hade fått någon uppföljning. Tre föräldrar menade att detta inte heller behövdes. Två andra föräldrar beskrev uppföljningen så, att barnhabiliteringen vid något enstaka tillfälle hade frågat hur det gick med bolltacket. En förälder var mer eller mindre nöjd med att ”arbetsterapeuten har ringt en gång under ett år som det använts”. En annan förälder noterade: ”har inte fått någon uppföljning men pratat med skolan där min son en gång från början provade använda det”. Mer eller mindre nöjd var också en av ungdomarna som inte hade fått någon uppföljning eftersom ”jag kom fem minuter för sent och då hade arbetsterapeuten gått hem”.

6 % var *inte särskilt nöjda* med den uppföljning som de hade fått angående bolltacket. Sex kommenterade att de inte fått någon uppföljning. En förälder noterade att ”det har gått flera år och ingen har frågat hur det går för honom”. 6 % var *inte alls nöjda*. I sju kommentarer framkom att det inte hade gjorts någon uppföljning. Föräldern till ett mindre barn noterade: ”jag fick bolltacket sen har jag inget hört”. 14 % har inte markerat en siffra i skalan för bedömning av uppföljning av bolltacket. I stället angav 13 av dem, som kommentar, att de inte hade fått någon uppföljning. Ytterligare fyra noterade att de visserligen inte fått någon uppföljning men inte heller varit i behov av det.

Övrigt

Avslutningsvis ges respondenterna möjlighet att komma med tips och idéer kring bolltacket. 38 % har lämnat kommentarer om bolltacket, både positiva och negativa. 16 kommentarer handlade om att bolltacket upplevdes som för varmt. En förälder menade att ”tacket blir för varmt på sommaren, kan kanske fixa ett speciellt sommartäcke som inte värmer lika mycket”. En annan förälder hade funnit en lösning på problemet med varmt bolltäcke: ”kan bara påpeka att det blir varmt när min kille har det på sig. Så mitt tips är att lägga det som en mur vid sidan om honom runt om, då sover min kille gott utan att ha en person liggande bredvid honom.” Vidare löste en förälder problemet med varmt täcke på följande sätt: ”vi tar av det efter det när han har sovit en stund”. En förälder som har lämnat tillbaka sitt barns bolltäcke för det var för varmt menade: ”jag tror ändå att det hjälpte honom att ligga still inför insomningen för när han bytte till vanligt täcke hade han lättare att somna in jämförelse med före bolltackets tid”.

Två föräldrar framhöll att bolltacket är varmt på sommaren och kallt på vintern. Föräldern till ett mindre barn föreslog därför: ”kunde vara bra att ha ett täcke som är varmt som komplement, kanske kan sitta ihop med kardborrband eller knappar. Vi har ett löst täcke som jag satt fast med gummiband i hörnorna, ingen optimal lösning men fungerar hjälpligt”.

I 14 kommentarer framkom det åsikter om att bolltacket bör sys på ett annat sätt eller i ett annat material. Flera ansåg att täcket bör vara sytt på ett sådant sätt att bollarna inte samlas på ett ställe utan fördelas jämnt över hela täcket när det används. En annan idé från en förälder som regelbundet behöver transportera bolltacket var att ”det skulle finnas en ”resevariant” då täcket annars tar för mycket plats i bilen”.

Tio personer hade åsikter kring hur bolltacket tvättas. Eftersom bolltacket är ganska stort kräver det en större tvättmaskin eller måste lämnas in på kemptvätt när det ska tvättas. Det framkom önskemål om bättre tvättmöjligheter och ett förslag var ”att få hjälp med tvätt någon gång då och då”. Ett annat tips för att underlätta rengöringen var ”en innerdel där bollarna är i och en ytterpåse som man kan tvätta själv hemma”. Åtta personer påtalade att bolltacket var för tungt och ytterligare fyra upplevde det som otympligt. En förälder vars barn hade problem i början med tyngden och otympligheten gav som förslag ”ett mindre täcke för användning endast till fötter/ben”. Föräldern till en tonåring menade: ”kanske ett lättare täcke, han är tunn och späd och upplever det som att det är för tungt. Tror att han eventuellt skulle använda det mer om det vore lättare”. ”Olika vikter och storlekar som anpassas efter barnets ålder” föreslogs som en lösning av en annan förälder.

Övriga tips och idéer handlade om förvaringsproblem, problem med påslakan och störande ljud. Ett tips om förvaring av bolltacket var: ”det vore bra om man kunde tillverka ett bolltacke med samma ”prestanda” men att få det att ta mindre plats vid förvaring”. En förälder ansåg att ”en förvaringsväska hade varit bra. Det tar ganska stor plats och är tungt”. Ett liknande problem framkom från en av ungdomarna: ” hitta ett sätt att få det mindre otympligt för att kunna frakta det mellan mina föräldrar”. Det framkom även tips och idéer om påslakanet som ska träs på bolltacket. En förälder menade att ”tacket skulle vara lite mindre bara runt om så det passar i vanligt påslakan. Det är lätt att påslakanet går sönder i nedersta sömmen. Det är tungt och bökgigt att byta påslakan själv”. En annan förälder som har barn som använder det mindre bolltacket skrev: ”Det har varit svårt att hitta påslakan till det lilla tacket. Vi har knutit ihop ett stort men det glider runt. Kanske kan det finnas att köpa inom Hjälpmedelsverksamheten eller liknande”. Till sist hade tre föräldrar/ungdomar åsikter om att bolltacket inte är ljudlöst. En tonåring menade att det ”låter för mycket när man rör sig, hela familjen vaknar ibland”.

Det framkom även tre tips om hur bolltacket kan användas vid andra tillfällen än vid sänggående på kvällen. ”Vi har gjort ett ”mini” snoezelen hemma för avkoppling där barnet får ha bolltacket. Det blir då positivt kopplat till vila och ro.”

En annan åsikt från en förälder var att bolltacket skulle vara större så man tillsammans med barnet kan ligga under tacket. Ytterligare ett användningsområde som nämndes var att syskon till brukaren av bolltacket kan leka, mysa och somna tillsammans, en social effekt syskon emellan. Övriga tips och idéer kring bolltacket utifrån föräldrars och ungdomars erfarenheter kan läsas i bilaga 4.

Sammanfattning av resultatet

201 barn/ungdomar och närstående till dessa har besvarat enkäten om hjälpmedlet bolltacke och gett sin syn på bolltacket efter en tids användning. Resultaten visar att bolltacket främst användes när barn eller ungdomar behövde hjälp att somna på kvällen. För de barn och ungdomar som vaknar och är oroliga på natten kan bolltacket även ha en lugnande effekt så att de kan somna om i sin egen säng. Majoriteten använde bolltacket varje kväll när de skulle lägga sig. 25 % av barnen och ungdomarna använde bolltacket även dagtid, 17 % regelbundet. 76 % av respondenterna upplevde en förbättring efter användningen av bolltacket, då bland annat tidsåtgången för att somna till natten har minskat. För 18 % har bolltacket inneburit en minskad insats av annan person eller en minskad medicinering. En stor del av respondenterna erfor inte lika stor minskning av annan insats. De menade ändå att deras barn eller ungdomar blivit lugnare och att bolltacket var ett bra komplement till medicinering. Faktorer som kan påverka användningen av bolltacket var dess vikt, storlek och kvalitet. Majoriteten var nöjd och förstod betydelsen av att bolltacket ska vara tungt för att ha effekt. Enstaka personer ansåg att deras bolltacke var för lätt för att ge den önskade effekten. Det största problemet med tackets vikt var att det är tungt att förflytta. Bolltackets storlek tyckte de flesta var tillfredsställande, även om det i vissa fall fanns önskemål om att tacket skulle kunna vara mindre respektive större. Kvaliteten på bolltacket ansågs vara god, främst för de mindre barnen som använde en mindre storlek på bolltacke. Däremot uppfattades kvaliteten inte som lika bra för större barn och ungdomar som sover oroligt eller har ofrivilliga rörelser.

Ordinatörens del i hjälpmedelsordinationen är viktig både när det gäller information om bolltacket och uppföljning av dess användning. Nästan hälften av respondenterna var mycket nöjda med den information som ordnatören gav när bolltacket lämnades ut. Resterande saknade viss information från ordnatören eller upplevde att det inte gavs någon speciell information kring hantering eller användningsområden. 20 % av respondenterna var mycket nöjda med uppföljningen av bolltackets användning. Flera upplevde uppföljningen som tillräcklig och bra, men det fanns även respondenter som inte hade fått någon uppföljning alls och som saknade det.

Diskussion

I detta arbete studeras erfarenheter från barn och ungdomar som har använt hjälpmedlet bolltacke minst sex månader samt deras närstående. I resultatet framkommer uppgifter som kan vara av intresse för att nå en optimal användning av hjälpmedlet.

Barnens och ungdomarnas initiala uppfattning kring ett hjälpmedel är av stor betydelse för den fortsatta motivationen att använda det. Därför är ordinatörens information till brukarna och deras nätverk viktig för att alla ska kunna känna sig trygga inför användningen. Detta kan även förstärka den positiva och lugnande effekt som hjälpmedlet förväntas ge.

Resultaten i denna undersökning visar att hjälpmedlet delvis tillmötesgår olika behov hos föräldrar respektive barn/ungdomar. Detta kan vara bra att känna till för ordnatören när möjliga effekter beskrivs för barnen och föräldrarna. Det handlar om att förstå brukares/nätverks behov och att kommunicera utifrån dessa för att kunna ordinera rätt hjälpmedel. Det är bland annat betydelsefullt att modell, storlek och vikt diskuteras med samtliga berörda utifrån hur och var man planerar att använda bolltacket. För att detta ska vara möjligt bör det finnas olika modeller och storlekar på hjälpmedelsenheterna så det optimala alternativet kan utprovas direkt. Enligt Hemmingsson, Lidström och Nygård (2009) är det viktigt att barn och ungdomar i samband med informationen kring hjälpmedlet även får prova det i sin egen miljö innan beslut fattas.

Sätten att använda bolltacket kan variera. För en del barn kan bolltacket fungera bättre att ligga på än att ha det över sig. Detta kan vara svårt för föräldrar att förstå då det kan se ganska knöligt ut när barnet ligger på det. För att föräldrarna lättare ska förstå effekten av tacket kan det vara bra om de själva får prova.

Enligt Region Skånes hjälpmedelshandbok kan bolltacket ordinerats för sinnesstimulering till barn och ungdomar med sömnproblematik utifrån kognitiva funktioner. När brukaren ändå har detta hjälpmedel för sina sömnproblem skulle det kunna nyttjas även vid andra tillfällen dagtid. I detta arbete framkom att endast 17 % använder bolltacket regelbundet dagtid. Ordinatören har en viktig roll att fylla genom att föreslå flera typer av användning. Ordinatörens information kan kompletteras med det informationsmaterial som medföljer nylevererade bolltacken och som på ett antal språk ger bra tips om hur bolltacket kan användas. Där nämns bland annat hur bolltacket kan användas dagtid och i samband med lek för att få barnet att bli bättre vän med tacket.

Resultatet visar också att brukaren upplever praktiska problem som ordnatören kan ge råd kring. Det framkommer att flera barn och ungdomar tycker att bolltäckets värme är varm. Enligt Uvnäs-Moberg (2000) krävs det förutom beröring även värme för en frisättning av oxytocinet. Dock bör det vara en behaglig värme. Det finns idag ett alternativ till bolltäckets värme – kedjetäcke – som upplevs som mindre varmt⁴. Kedjetäcket är dock inte med i Region Skånes upphandlade sortiment.

Ett annat problem som framkommer är att de stora bolltäckena uppfattas som svåra att förvara eller förflytta om man använder dem på mer än en plats. En bolltäckesbag medföljer vid nyleverans av bolltäckets värme men kommer kanske inte alltid med vid eventuell återlämning av bolltäckets värme. Kvaliteten kan alltså ökas om brukare/nätverk ser till att även förvaringspåsen lämnas tillbaka, vilket bör påtalas när bolltäckets värme lämnas ut.

För att få en uppfattning om effekten av bolltäckets värme som lämnas ut är det viktigt att följa upp användningen efter ett tag så hjälpmidlet antingen används optimalt eller återlämnas. Den första uppföljningen görs idag före den slutgiltiga ordinationen med hjälp av ”Checklista för ordination av tyngdtäcke” (se bilaga 5). Denna checklista skickar Hjälpmidelsverksamheten ut tillsammans med bolltäckets värme till ordnatören för vidare utlämning till brukaren. I checklistan kan brukaren och/eller närstående fylla i hur lång tid det tar för brukaren att somna varje dag under fem veckors tid. Vidare efterfrågas hur närstående respektive brukare upplever svårigheterna med att vila, somna och sova för varje vecka. För en jämförelse före och efter användningen av bolltäckets värme noteras sömnmönstret första veckan utan bolltäckets värme. Checklistan är främst ett medel för att förtydliga bolltäckets värme effekter för ordnatören. Vid frågan om uppföljningen kring bolltäckets värme användning i detta arbete visar det sig att ingen av respondenterna nämner denna checklista. För att kunna ge stöd och hjälp efter en tids användning är det en bra idé med en långtidsuppföljning. Hur denna uppföljning kan göras bör diskuteras. En förälder menar att det skulle kunna vara bra att fylla i en enkät motsvarande den som används i denna undersökning som en uppföljningsmetod efter en tids användning.

⁴ Metallen i kedjorna är inte värmande för brukaren av kedjetäcket. Detta gör att temperaturen enklare kan justeras med eller utan extra täcke (Provista-optiks hemsida).

Åtgärder för en optimal användning av hjälpmedlet bolltäck

- Få till stånd en tydligare dialog med både föräldrar och barn om användningsbehov och användningsmöjligheter.
- Ge mer information om användningsmöjligheter dagtid för att öka nyttan av ordinerat bolltäck.
- Erbjud föräldrar och barn att få känna på och prova de olika bolltäckena.
- Använda befintlig uppföljningschecklista för att klargöra effekten av bolltäck för brukare och närstående. Eventuellt kan även en del av checklistan användas vid ett senare tillfälle för en ytterligare uppföljning.
- Se till att långtidsuppföljning sker.
- Ombesörja att en förvaringsväska medföljer bolltäck, främst för dem som behöver förflytta bolltäck mellan olika platser.
- Ge råd och tips inom praktiska områden såsom val av påslakan av god kvalitet och optimal passform för att minska slitaget på bolltäck.

Implementering

Resultatet av detta arbete kommer i första hand att delges hjälpmedelverksamhetens nätverksgrupp för kognitiva hjälpmedel. I denna nätverksgrupp kommer därefter en fortsatt diskussion att ske för att se hur man kan förändra och förbättra arbetet kring hjälpmedlet bolltäck inom Region Skåne. En viktig personalgrupp vid hantering av hjälpmedel är ordinatorerna; de kan förväntas vara intresserade av brukarnas åsikter kring hjälpmedlet bolltäck och dess förskrivningsprocess. Vidare skulle Hjälpmedelsinstitutet och tillverkare av bolltäck kunna vara intresserade av att ta del av ett arbete kring brukarperspektivet av detta kognitiva hjälpmedel.

Referenser

Andersson, Gunilla. 2004. *Sensory Integration: en litteraturstudie*. Örebro: Habiliteringens forskningscentrum, Örebro.

Aremyr, Gun. 2002. *Bolltäcke och värmedynor som behandlingsredskap till personer med demens – vårdpersonalens erfarenheter*. Magisteruppsats. Sahlgrenska akademien vid Göteborgs universitet.

Forsström, Agneta. 1995. *Perception och motorik – i teori och praktik*. SIH Läromedel Umeå.

Hemmingsson, Helena, Lidström, Helene, Nygård, Louise. 2009. *Use of Assistive Technology Devices in Mainstream Schools: Students' Perspective*. American Journal Therapy, 63, sid. 463-472.

Hjälpmedelshandboken. Region Skåne. *Hjälpmedel till personer i Skåne med funktionshinder*. (<http://www.skane.se/sv/Webbplatser/Hjalpmedelshandbok/>). Uppdaterad 20110621 Uppgift hämtad 201129.

Komikapps hemsida ([www.komikapp.se/bolltacket - for vem, var och hur?/ vem har behov av ett bolltacke?](http://www.komikapp.se/bolltacket_-_for_vem_var_och_hur/?vem_har_behov_av_ett_bolltacke?)) Uppgift hämtad 20110616. Ej angiven uppdatering.

Johansson, Barbro B. 2000. *Hjärnan formas av stimulans och utmaningar*. Läkartidningen, volym 97 nr5 sid. 440.

Jensen Søe, Birgitte & Pasquali Worm, Pernille. 2006. *Interventionsundersøgelse af effekt ved brug af kugledynor hos 2-12-årige børn med sanseintegrationsproblemer*, Master of rehabilitation, Syddansk Universitet Odense.

Uvnäs-Moberg, Kerstin & Petersson, Maria. 2004. *Oxytocin – biokemisk länk för mänskliga relationer*, Läkartidningen nr 35 sid. 2634.

Uvnäs-Moberg, Kerstin. 2000. *Lugn och beröring: Oxytocinets läkande verkan i kroppen*. Natur&Kultur.

Provista-optiks hemsida: www.provistaoptik.se. Provista-Kognition/kedjetäcke. Uppgift hämtad 20110922. Ej angiven uppdatering.

Region Skånes hemsida. *Ett gott liv utifrån egna val* - en övergripande presentationsbroschyr om Habilitering & Hjälpmedel Region Skåne 2011. Artikelnr. 08-05. (www.skane.se/habilitering)

Akademiska sjukhusets hemsida: www.akademiska.se Sömnproblem hos barn och ungdomar. Information till sjukvårdspersonal. Hans Smedje, Överläkare Akademiska Sjukhuset Uppsala. Senast uppdaterad 2004-02-10. Uppgift hämtad 2011-04-14.

Medical Link 3W AB hemsida: www.medicallink.se Stressa av. Olle Haglund. Artikelnr: 715. Senast uppdaterad 1999-10-20. Uppgift hämtad 2011-06-10.

Frågeformulär om bolltäck

Denna enkät besvaras av:

- Användaren av bolltäck
- Föräldrar till användaren

Annan: _____

Person som använder bolltäck är:

- Pojke
- Ficka

Ålder: _____ Hemkommun: _____

1. Hur gammal var du/ditt barn när bolltäck lånades ut av Region Skåne?

2. Vilka problem eller önskemål har du/ditt barn som gjorde att ett bolltäck lämnades ut till dig/ditt barn?

- Ängest/oro
- Lugnande
- Insomning
- Annan orsak:

3. Används bolltäck i samband med sänggående till natten?

- Ja
- Nej
- Ibland

4. Hur ofta används bolltacket inför sänggående?

- Varje kväll
- Några gånger i veckan
- En gång i veckan
- Några gånger i månaden
- En gång i månaden
- Aldrig

5. Används bolltacket vid andra tillfällen under dagen?

- Ja
- Nej

5 a). Om ja, vid vilka situationer? (Ange gärna flera alternativ.)

- När du/ditt barn tittar på TV
 - När du/ditt barn läser eller lyssnar på en bok
 - När du/ditt barn lyssnar på musik/radio
 - Vid lek
 - Vid avslappning
 - Vid annan aktivitet/tillfälle:
-
-
-

5 b. Hur ofta används bolltacket vid andra tillfällen än vid sänggåendet?

- Varje dag
- Några gånger i veckan
- En gång i veckan
- Några gånger i månaden
- En gång i månaden
- Används inte dagtid

6. Har bolltacket effekt på ditt/ditt barns problem?

- Ja Nej Vet ej

Hur? _____

7. Behövs assistans vid användandet av bolltacket?

- Ja Nej Delvis

Hur? _____

8. Har användningen av bolltacket inneburit minskning av andra insatser?
(t.ex. medicin eller stöd från annan person)

- Ja Nej

Hur? _____

9 a. Vad tycker du/ditt barn om bolltackets vikt?

Markera den siffra som bäst beskriver hur nöjd du är.

1	2	3	4	5
Inte alls nöjd	Inte särskilt nöjd	Mer eller mindre nöjd	Ganska nöjd	Mycket nöjd

Kommentar: _____

9 b. Vad tycker du/ditt barn om bolltäcket storlek?

1	2	3	4	5
Inte alls nöjd	Inte särskilt nöjd	Mer eller mindre nöjd	Ganska nöjd	Mycket nöjd

Kommentar: _____

9 c. Vad tycker du om bolltäcket hållbarhet och kvalitet?

1	2	3	4	5
Inte alls nöjd	Inte särskilt nöjd	Mer eller mindre nöjd	Ganska nöjd	Mycket nöjd

Kommentar: _____

10. Vad tycker du om informationen kring användandet av bolltäcket, som du fick när du/ditt barn fick bolltäcket?

1	2	3	4	5
Inte alls nöjd	Inte särskilt nöjd	Mer eller mindre nöjd	Ganska nöjd	Mycket nöjd

Kommentar: _____

11. Vad tycker du om uppföljningen (återkommande stöd och hjälp) som du fått i samband med användningen av bolltäcket?

1	2	3	4	5
Inte alls nöjd	Inte särskilt nöjd	Mer eller mindre nöjd	Ganska nöjd	Mycket nöjd

Kommentar: _____

12. Tacksam för dina tips och idéer om förbättringar av bolltäcket utifrån din erfarenhet.

Tack för din hjälp!

Kommentarer till frågan:

Vilka problem och önskemål som gjorde att bolltäckte ordinerades

- Vakna ofta på natten.
- Vakna på natten och lägger sig hos oss, ligger och river och sparkar.
- Mycket svåra sömnproblem.
- Orolig och svårt att somna.
- Svårt att komma till ro på kvällarna och han har även koncentrations-svårighet.
- Främst insomning - gav god effekt.
- Trygghet.
- Kunde inte ligga stilla rörde sig mycket.
- Låg oroligt på nätterna och vaknade ofta. Ville aldrig sova i egen säng.
- Vill inte sova i sin säng. Trycker olika saker mot kroppen.
- Att sova hela natten.
- Har mycket svårt att sova och hade även mycket värk av spänning i kroppen.
- Att stilla hans ofrivilliga rörelser så att han kan somna.
- Svårt komma till ro på kvällen problem med medicinering.
- Vaknar många gånger varje natt.
- Reumatism – mår bra av det då det lindrar smärta.
- Orolig sömn, vaknar under natten.
- Vaknar många gånger på natten.
- Ej sammanhängande sömn.
- För att kunna sova längre stunder under natten.
- Svårt komma till ro på kvällen, problem med medicinering.
- Få trygghet, kunde inte ligga still, rörde sig mycket.
- ADHD problem med medicineringen. Svårt komma till ro på kvällarna.
- Sover mycket dåligt och har gjort sedan 2,5 års ålder. Kommer lättare till ro, men ibland vill han/hon inte ha det på sig.
- Undvika nattliga vaknanden.
- Svårt att slappna av vid insomningen/sängliggande. Han/hon behöver hjälp att ”samla ihop” sig och det har täcket hjälpt till med.
- Stanna i sömn.
- För jag kunde inte sova.
- Oro – mest insomning.
- Vaknade många gånger på natten.

**Kommentarer från brukaren med eller utan närstående till frågan:
Har bolltacket effekt på ditt/ditt barns problem?**

Ja:

- Har mycket lättare att sova.
- Kan lättare slappna av vid sängdags.
- Somnar mycket lättare och snabbare.
- Somnar mycket lättare och sover bättre.
- Han sover bättre.
- Jag somnar lättare och är mer avslappnad än tidigare.
- Lugnare och tryggare. Går ej upp så mycket på nätterna, sover bättre.
- Snabbare insomning. Kunde ligga halva natten utan att somna.
- Det hjälper jättebra. Jag somnar i tid, jag rör mig inte alls så mycket på nätterna och känner mig utvilad när jag vaknar.
- Lugnar honom och somnar bättre och sover godare.
- Jag kan sova bättre.
- Lättare att somna, sover djupare och bättre.
- Delade meningar: Vi föräldrar tycker att han somnar fortare men själv säger han att det inte gör någon nytta.
- Somnar enklare eftersom jag inte ligger och vrider och vänder på mig.
- Sover lugnare, rör sig mindre.
- Upplever mindre värk.
- Det hjälpte bäst i början.
- Somnar fortare och känner sig säker.
- Har lättare för att komma till ro och att somna.

**Kommentarer från närstående till frågan:
Har bolltacket effekt på ditt/ditt barns problem?**

Ja:

- Somnar fortare då han har bolltacket på sig.
- Sover utan ”sömnpilller”.
- Innan bolltacket tog det en till två timmar för honom att somna. Nu med bolltacket tar det 15-30 minuter.
- Sover gott i sin säng varje kväll och mår bra varje dag.
- Sover tryggare.
- Blir mer avslappnad, märks tydligt vid stark oro.
- Enligt vårt barn ”så känns täcket skönt”. Brukar sova längre under natten.
- Sover bättre och är lugnare vid insomning.
- Bättre sömn.
- Somnar snabbare.
- Sover längre och utan några vakna stunder på natten.
- Insomningsperioden har minskat avsevärt.
- Somnar fortare sover bättre.
- Lättare att komma till ro och somna.
- Sover lugnare och ser täcket som något positivt.
- Skapar lugn och ro. Lättare att vila än innan.

- Somnar lättare sover bättre på natten. Uppvaknanden minskat.
- Somnar och sover bättre med trycket av bolltäcket
- Insomning har blivit bättre samt sömnen. Vaknar ej lika ofta som innan han fick bolltäcket.
- Somnar som en stock.
- Periodvis fungerar insomningen bättre.
- Sover hela natten och är lugn, utom vid sina skov.
- Somnar snabbare. Sover lugnare och djupare än utan. Vaknar inte på natten.
- Blir lugn och somnar fortare.
- Ligger mer still under natten samt vaknar nattetid 1-2 gånger/månad i stället för 5-6 gånger /månad.
- Sömnen förbättrad mycket.
- Lugnare kille, sover bättre och lugnare. Lättare insomning och färre ”kissenätter”.
- Hon blir lugnare och har lättare för att slappna av.
- Kommer till ro fortare vid sänggåendet. Lugnare sömn.
- Rogivande somnar lättare.
- Lugn och ro vid insomningen. Utan bolltäcket blir nattsömnen inte bra.
- Lättare att komma till ro.
- Han blir lugnare. Benen går inte som trumpinnar, somnar fortare.
- Han somnar på kvällarna, tycker det är lugnande.
- Verkar med lugnande effekt. Kommer lättare till ro. Använder det mycket fåtal gånger numera då han blir lugnare i sig själv.
- Lugnar honom och somnar bättre och sover godare.
- Mer lugn/avslappnad och tycker det är roligt och mysigt.
- Blir mer avslappnad märks tydligt vid stark oro.
- Mitt barn blir lugnt av täcket särskilt vid utbrott.
- Lugnande inverkan. Avslappning – lättare vid insomning. Det monotona ”vaggandet” sida vid sida minskar.
- Kramar, lugnar och sluter om.
- Han blir lugnare och trivs.
- Han blir lugnare i sängen. Oroliga rörelser minskar.
- Vaknar mer sällan, sover längre och mer sammanhängande.
- Kommer lättare ner i varv, bättre ro. Täcket hjälper bättre i vissa stunder och i andra sämre beroende på hur hon mår.???

Kommentarer till tveksam effekt av bolltäcket:

- Ibland lugnar han sig fortare med täcke och verkar ha lättare att slappna av.
- Använt vid ett par tillfällen men det har på grund av tyngden glidit av under natten och har känts varmt. Han tyckte dock att det var en skön känsla vid sänggåendet.
- Hon vill inte använda det eftersom det var för tungt och föll av sängen.
- Han har nu även medicin men han tycker om det.
- Tyckte det fungerade när han var yngre. Nu har han själv bestämt att han inte vill ha det.
- Ibland verkar det hjälpa och ibland vet vi inte. Han tycker det är varmt ibland. Kanske sover han mer i sin egen säng. Han tycker det är skönt.
- Man ser inte alltid snabb effekt och det är svårt för henne att acceptera täcket.
- Förbättrad insomning men inte fullt ut.

Konkreta tips och idéer kring bolltäcket utifrån föräldrars och ungdomars erfarenheter:

- ”Det behövs någon typ av band, kardborrband längs sidorna så man kan sätta fast täcket vid fotändan och sidorna för att hålla täcket på plats. Det kan funka utan att skada barnet.”
- ”Önskar handtag i bolltäcket så man lättare kan lyfta det.”
- ”Behöver bytas ut någon gång eftersom det blir slitet” anser en tonåring som använt bolltäckets i fem år.
- ”Skulle vilja få en årlig kontakt på telefon för uppföljning t.ex. hjälp med att tvätta täcket, tips på bra påslakan etc.”
- ”Utvärdering bör ske i nutid.”
- Kunde ha funnits som mindre täcke/kudde istället. Liten fyrkant på 1×1 meter när man behöver det dagtid.”
- ”En mellanstorlek hade varit bra.”
- ”Finns det mindre storlekar på bollarna? Skulle kanske bli mer följsamt runt kroppen med mindre bollar.”
- ”Avslappnande att ligga på. Upplever det som att det formar sig efter kroppen när man kopplar av. Är för varmt och tungt som täcke. Mysigt att vila på det framför TV:n eller när man ligger och läser.”
- ”Vi använder det även att ligga på. Vår son har en spikmatta men gillar bolltäckets bättre”.
- ”Alla som behöver skall få prova, ger bra resultat.”

Checklista vid ordination av tyngdtäcke

Brukare _____ Personnr _____

Ordinador/arbetsterapeut _____

Vecka 1, innan brukaren börjat använda tyngdtäcke

Datum	Ange hur lång tid det tog att somna
Dag 1 _____	_____
Dag 2 _____	_____
Dag 3 _____	_____
Dag 4 _____	_____
Dag 5 _____	_____
Dag 6 _____	_____
Dag 7 _____	_____

Hur upplevde Ni som föräldrar brukarens svårigheter att vila, somna och sova?

Beskriv hur Ert barn upplever sina svårigheter att vila, somna och sova.

Uppföljning vecka 2, brukaren använder tyngdtäcke

Datum	Ange hur lång tid det tog att somna
Dag 1 _____	_____
Dag 2 _____	_____
Dag 3 _____	_____
Dag 4 _____	_____
Dag 5 _____	_____
Dag 6 _____	_____
Dag 7 _____	_____

Hur upplevde Ni som föräldrar att tyngdtäcket påverkade Ert barn?

Beskriv hur Ert barn upplevde känslan i kroppen av tyngdtäcket.

Uppföljning av veckorna 3-5 är samma som uppföljningen av vecka 2.