

Förskrivarstöd vid bedömning/utprovning av tyngdtäcke

Att tänka på inför utprovning och val av täcke

Kartläggning av brukarens sovmiljö/sovrutiner

- Hur är sovrummet utformat?
- Skärma av miljön från intryck. Se över temperatur, ljus och ljud.
- Har tyngre täcke/filt provats?
- Finns fasta tider för sänggående?
- Varva ner 1-2 timmar innan sänggående, undvik kaffe, te och liknande innan sänggående
- Finns balans mellan aktivitet och vila dagtid?



Kartläggning av brukarens behov och förutsättningar

- Uteslut att oron inte beror på smärta, som ska behandlas på annat sätt.
- Kan brukaren ta emot, tolka och förstå instruktioner?
- Motoriska förutsättningar? Kan brukaren själv ta bort täcket.
- Vilket behov av stimuli behöver brukaren?
Tyngdtäckena ger olika stimuli och varje enskild person upplever stimuli olika. Vid hög oro/ångest, rastlöshet är det vanligt att brukaren är i behov av ett täcke som ger ett mer kraftfullt stimuli. (Läs mer om täckenas egenskaper under respektive produktbeskrivning)
Se även viktvalsguiden <https://somna.se/viktvalsguiden/>
OBS! Kombinationen av tungt täcke och svag lungkapacitet kan medföra att andningskapaciteten blir för dålig. Övervaka därför användningen av täcket hos brukare där sådan risk kan föreligga. Beakta också risken för trycksår på hälar för brukare med nedsatt blodcirkulation och rörlighet.

Kontrollera att brukarens behov faller inom kriterierna för förskrivning av tyngdtäcke enligt Östergötlands Regelverk för hjälpmedelsförskrivning

Vid utprovningstillfället

- Introducera gärna täcket kortare stunder till att börja med.- välj ett tillfälle när användaren har en bra stund. Låt användaren ligga på sidan med ansiktet vänt från dig. Då det blir lättare att stänga ute övriga sinnesintryck.
- Applicering av bolltäcket: lägg täcket försiktigt över användaren, börja vid fötterna och upp längs ryggen. Prova att packa in användaren med djupa tryck och se efter hur användaren upplever det.
- Applicering av kedjetäcket: lägg täcket på brukaren. Det kommer automatiskt att sluta sig runt kroppen och följa kroppskonturerna tack vare kedjorna.
- Om användaren inte vill ligga ner, introducera täckena i sittande i en bekväm situation.
- Fokusera inte på innehållet i täcket utan på upplevelsen.
- Plastade hygienöverdrag finns som extra tillbehör ska endast användas vid inkontinensrisk. Beakta kvävningrisk för användare med svag motorik när hygienöverdrag används.

Förskrivning och uppföljning

Följ fastställd rutin vid förskrivning av tyngdtäcke, "Natt/dagbok" samt rutin för uppföljning. www.regionostergotland/vardgivarweb/behandlingsstod/funktionshinder_och_hjalpmedel/hjalpmedelsforskrivning/rutiner_och_nedladdningsbara_dokument.

När man vant sig vid täckets tyngd, kan vissa brukare uppleva minskad effekt. Rekommendera brukaren att sova utan täcke en period för att sedan börja använda det igen för att öka effekten.

- Uppföljning/utvärdering av Natt/dagbok.
- Uppföljning 6 månader efter förskrivning.