

FIBERTÄCKET

det mjuka tyngdtäcket

Inför förskrivning av Fibertäcke

Detta dokument kan användas som underlag för eventuell förskrivning av Fibertäcke och består av tre olika delar:

- 1. Värderingsfrågor inför förskrivning**
- 2. Vecka 1 och 2 sömndagbok**
- 3. Förskrivarens bedömning**

Värderingsfrågor inför förskrivning

Detta frågeformulär fylls i av den som använder täcket eller närstående och är en utvärdering av hur sömnen är utan tyngdtäcke. Frågorna kan besvaras vid utprovningstillfället eller i hemmet och skickas in.

Vecka 1 och 2 sömndagbok

När du först har fått ditt Fibertäcke skall du fylla i en sömndagbok under de 2 första veckorna som du använder Fibertäcket.

Hur du använder loggboken:

- Du får besvara några frågor, som ett slags utvärdering av hur din sömn har varit.
- Frågorna är formulerade som en skala mellan två olika känslotillstånd (t.ex. orolig – lugn).
- Du markerar på de färgade linjerna vilken känsla som ligger närmast din upplevelse.
- Vissa frågor kanske inte är relevanta för just dig och då behöver du inte besvara dem.
- Upplever du en typ av problem som ingen fråga riktigt passar in på? Skriv det under "Övrigt".

Förskrivarens bedömning

I denna del gör förskrivaren sin bedömning av om patienten uppfyller de krav som råder i det aktuella landstinget och vilken nytta patienten förväntas ha av Fibertäcket.

Värderingsfrågor inför förskrivning av Fibertäcke

Sömmönster, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst

Vaknar ofta ←—————→ Sover utan att vakna

Är spänd
natttid ←—————→ Sover avspänt,
avslappnat

Är orolig t ex
kliver upp ur
sängen ←—————→ Sover lugnt

Annat

.....

Insomningstidminuter

Vakenhet på dagen, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst.

Trött ←—————→ Vaken, pigg

Okoncentrerad ←—————→ Koncentrerad

Motoriskt orolig ←—————→ Lugn

Sinnesintryck, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst

Lite värmekänslig ←—————→ Mycket värmekänslig

Lite ljudkänslig ←—————→ Mycket ljudkänslig

Annat

.....

.....


Dagboksanteckningar inför förskrivning av Fibertäcke


Dagbok ska föras under två veckor **med Fibertäcket**.

Att föra sömndagbok innebär att du svarar på värderingsfrågor genom att sätta kryss på en linje där det stämmer bäst överens med din känsla.

Har du använt tyngdtäcket på natten? JA NEJ

Sömmönster, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst

Vaknar ofta  Sover utan att vakna

Är spänd
Natttid  Sover avspänt,
avslappnat

Är orolig t ex
kliver upp ur
sängen  Sover lugnt

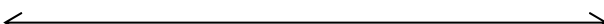
Insomningstidminuter

Har du använt tyngtäckets på dagen? JA NEJ


Om jag i vilken situation markera aktuella aktiviteter med X

- Se på TV Läsa/lyssna på en bok
 Lyssna på musik/radio Som avslappning
 Vid annan/andra aktiviteter

Vakenhet på dagen, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst.

Trött  Vaken, pigg

Okoncentrerad  Koncentrerad

Motoriskt orolig  Lugn

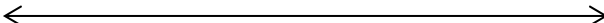
Dagboksanteckningar inför förskrivning av Fibertäcke


Dagbok ska föras under två veckor **med Fibertäcket**.


Att föra sömndagbok innebär att du svarar på värderingsfrågor genom att sätta kryss på en linje där det stämmer bäst överens med din känsla.

Har du använt tyngdtäcket på natten? JA NEJ

Sömmönster, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst

Vaknar ofta  Sover utan att vakna

Är spänd
Nattetid  Sover avspänt,
avslappnat

Är orolig t ex
kliver upp ur
sängen  Sover lugnt

Insomningstidminuter

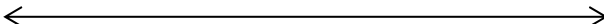
Har du använt tyngtäckets på dagen? JA NEJ

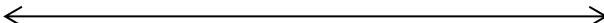
Om jag i vilken situation markera aktuella aktiviteter med X

- Se på TV Läsa/lyssna på en bok
 Lyssna på musik/radio Som avslappning
 Vid annan/andra aktiviteter

Vakenhet på dagen, sätt ett X på linjen där det stämmer bäst.

Trött  Vaken, pigg

Okoncentrerad  Koncentrerad

Motoriskt orolig  Lugn

Bedömning inför förskrivning av tyngdtäcke

Personnummer	
Namn	
Adress	
Telefon	
Förskrivare	

	JA	NEJ
Har patienten aktivitetsbegränsningar till följd av betydande motorisk eller psykisk oro, ångest, smärta eller gravt nedsatt sömnfunktion.		
Har patienten eller annan närstående person svarat på värderingsfrågorna i dokument ett?		
Har patienten eller annan närstående person fört dagbok enligt bilagor under två veckor med tyngdtäcke?		
Kan man utifrån patientens problematik och genomförda dagboksanteckningar förvänta att patientens livskvalitet får en betydande förbättring med användning av tyngdtäcke?		

Utifrån ovanstående sammanställning gör jag bedömningen att:

Fibertäcke kan förskrivas

Fibertäcke inte kan förskrivas

Datum	Ansvarig förskrivare