

Voksne med Dyspraksi

Oral, verbal og
motorisk.



Norsk Dyspraksiforening



Hva er Dyspraksi?

Dyspraksi (også kjent som DCD) er en svakhet eller umodenhet i hjernen som gjør at beskjeder fra hjernen hindres eller kommer sent frem.

En undersøkelse i Storbritannia tydet på at hele 5-10% av befolkningen har Dyspraksi, og at $\frac{3}{4}$ av disse er gutter/menn. Med riktig diagnose og oppfølging vil voksne dyspraktikere få et mye lettere liv.

Det å lære seg å leve med Dyspraksien gjør at mange tilegner seg mye positive egenskaper og styrker. De blir ofte målbeviste, gode problemløsere, kreative, de tenker nytt og jobber hardt. Flere får også en veldig omsorg for andre, og fort plukker opp om en person ikke har det så bra.

I noen tilfeller er Dyspraksi bare en av flere funksjonshemminger hos en person. Noen har i tillegg en av følgende; Asperberg syndrom, ADHD, Dysleksi osv.

Kjennetegn

Det er viktig å være oppmerksom på at de færreste dyspraktikere har alle symptomer. Denne oversikten er også ikke fullstendig.

Motorikk

- Dårlig balanse.
- Dårlig kroppsholdning og tretthet.
- Dårlig koordinasjon.
- Mangel på rytme.
- Klønete gangart og bevegelse.
- Overdrevne ekstrabevegelser.
- Tendens til å falle, snuble og støte borti ting og mennesker.
- Dårlig på tohåndsoppgaver.
- Dårlig grep.
- Problemer med å skrive og å tegne.
- Problemer med påkledning og stell.

Tale og språk

- Kan snakke kontinuerlig og gjentar seg selv.
- Uklar tale og problemer med visse ord.
- Ukontrollert tonehøyde, volum og hastighet.

Persepsjon

- Dårlig visuell persepsjon.
- Oversensitiv til lys.
- Over- eller undersensitiv for berøring.
- Problemer med å skille lyder fra bakgrunnsstøy.
- Over- eller undersensitiv for lukt, smak, temperatur og smerte.

Læring, tanker og hukommelse

- Konsentrasjonsproblemer.
- Dårlig korttidshukommelse.

- Problemer med å planlegge og å organisere tanker.
- Ufokusert.
- Dårlig med rekkefølger.

Andre vansker;

- Vanskligheter med å lytte til folk.
- Problemer med å plukke opp ikke-verbale signaler.
- Bruker lang tid på å tilpasse seg nye situasjoner.
- Blir lett stresset, deprimert og engstelig.
- Søvnproblemer.
- Tendens til å melde seg ut når ting blir for vanskelig.
- Utsatt når det kommer til lav selvfølelse, følelsesmessige utbrudd, fobier, frykt, tvangstanker, tvangshandlinger og vanedannende adferd.

Hjelp og utredning

Har du mistanke om at du har Dyspraksi, så bestill en time hos din fastlege, print ut denne brosjyren og ta med. Legg frem for legen dine bekymringer og be om en henvisning til nevrolog.

Når du har fått din diagnose vil du ha mange flere rettigheter, og det kan bli aktuelt å få bistand fra instanser som logoped, fysioterapeut, ergoterapeut, NAV, psykolog/psykiatiker, ernæringsfysiolog, Hjelpemiddelsentralen og kognitiv terapeut, alt etter hva akkurat dine behov og ønsker for fremtiden er.

For mer informasjon ta kontakt med Norsk Dyspraksiforening. Besøk våres hjemmeside www.dyspraksi.no eller send en mail til dyspraksi@hotmail.com.