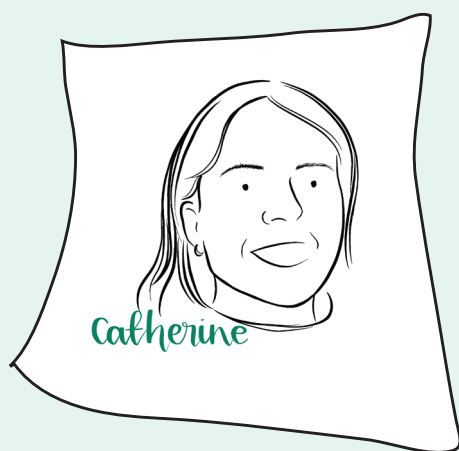


Афазія Довідник



Книга для людей з афазією,
їхніх сімей, опікунів та друзів



“

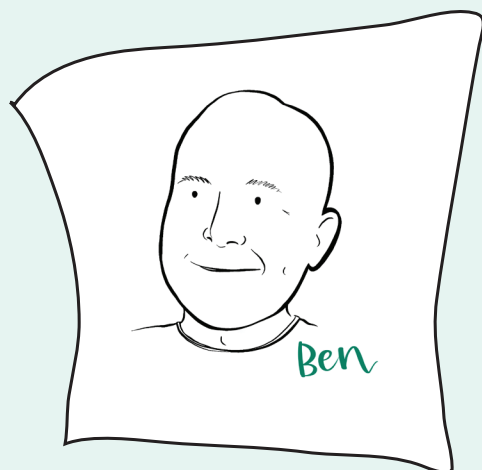
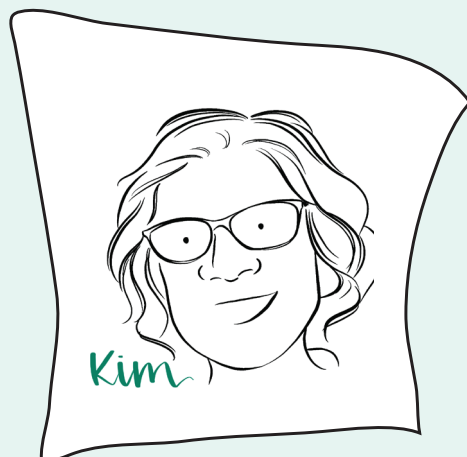
Якби я розмовляв з кимось з афазією, я б сказав:
«Тримайся». Я не міг говорити про речі. Тепер я
можу говорити про речі.

”

“

Я спостерігав, як вона намагається писати прості
слова, а тепер вона з легкістю їх пише. За цим так
дивовижно спостерігати.

”



“

Моя порада. Спробуй. Побачиш, і
так. Дивовижно.

”

Про Фонд боротьби з інсультом

Фонд боротьби з інсультом працює з громадою для того, щоб:

- запобігти інсульту
- рятувати життя
- покращити відновлення

Для цього ми:

- підвищення обізнаності
- підтримка досліджень
- підтримка осіб, які пережили інсульт, їхніх сімей та осіб, що здійснюють догляд за людьми, які пережили інсульт.

Відвідайте strokefoundation.org.au

Дзвінок **1800 787 653**

Про австралійця Асоціація афазії

Австралійська асоціація афазії — це національна некомерційна організація, що керується волонтерами. Він представляє:

- люди з афазією
- їхні родини
- люди, які з ними працюють.

Австралійська асоціація афазії:

- надає інформацію людям з афазією та їхнім родинам
- захисники людей з афазією та їхніх сімей
- підвищує обізнаність про афазію
- підтримує дослідження.

Австралійська асоціація афазії також допомагає людям з афазією:

- бути залученими до життя своїх громад
- залишатися на зв'язку з тим, що для них важливо.

Люди можуть зустрічатися, ділитися досвідом та практикувати свої розмови у:

- групи віч-на-віч
- онлайн-групи
- конференції.

Австралійську асоціацію афазії іноді скорочено називають AAA.

Відвідайте aphasia.org.au

Дякую.

Фонд боротьби з інсультом та Австралійська асоціація афазії (AAA) написали Посібник з афазії.

Дякуємо всім, хто допоміг нам написати цю книгу. Особлива подяка людям, які поділилися своїми історіями.

Дякуємо нашим прихильникам за їхні щедрі внески. Їхня підтримка зробила можливою появу цієї книги. Посібник з афазії було профінансовано Департаментом соціальних служб уряду Австралії.

Визнання

Фонд боротьби з інсультом та Австралійська асоціація афазії з повагою висловлюють подяку традиційним власникам та хранителям країни по всій Австралії.

Ми визнаємо їхній постійний зв'язок із землею, водою, небом та громадою.

Ми висловлюємо повагу народам, культурам та старійшинам минулого та сьогодення, бо вони зберігають пам'ять, культуру та надію своїх народів.

© Жодна частина цієї публікації не може бути відтворена будь-яким способом без дозволу Фонду боротьби з інсультом. Жовтень 2023.

Пропоноване посилання:
Фонд боротьби з інсультом та Австралійська асоціація афазії.
Довідник з афазії.
Мельбурн, Австралія. 2023

Примітка: Повний документ доступний за адресою strokefoundation.org.au

Зміст

Що вам потрібно знати	4
Про посібник з афазії.....	5
Лінія обведення.....	5
1. Про афазію.....	6
Що таке афазія?	6
Як афазія може вплинути на мене?	7
Типи афазії.....	10
2. Оцінка та терапія	11
Картка з терапії афазії	14
3. Поради та інструменти	16
Поради щодо спілкування для людей з афазією	16
Поради щодо спілкування з родиною та друзями	17
Інструменти комунікації	18
Про мене	23
4. Інформація для родини, опікунів та друзів	24
Підтримка людини з афазією	24
Сімейне життя	25
Стати опікуном	25
5. Виписка з лікарні.....	26
Отримайте більше терапії афазії	26
Вебсайти та додатки для терапії афазії	26
Групи з афазією	27
Залишайтеся на зв'язку з тим, що важливо для вас	28
Емоції, депресія та тривога	29
6. Медична термінологія	31

Що вам потрібно знати

1. Афазія - це коли у вас виникають

труднощі з мовою. Афазія виникає, коли мовна частина вашого тіла **мозок пошкоджений**.

2. Афазія може ускладнитися до:

- скажи, що хочеш сказати
- зрозуміти, що кажуть люди
- читати, писати та писати

- використовувати жести

- використовувати цифри
- текст або тип.

3. Афазія не впливає на інтелект.

4. Люди з афазією все ще можуть

спілкуватися Поради та інструменти є на сторінці 16.

5. Гарна комунікація - це завдання

кожного. Люди з афазією, їхні родини, опікуни, друзі та медичні працівники - все це є частиною **гарна комунікація**.

6. Афазія може покращитися з часом,

терапією та практикою. Ваш логопед може допомогти.

7. Родина та друзі можуть допомогти вам працювати

над одужанням. Вони можуть бути частиною терапевтичних сеансів, якщо ви не проти. Вони можуть допомогти вам потренуватися.

8. Вам потрібно знати, яку терапію ви отримаєте після виписки з лікарні

Запитайте у своєї команди, який план.

9. Депресія і тривога є поширеними після

інсульту. Ознайомтеся з ознаками на сторінці 29. Ви можете отримати підтримку та лікування.

10. Групи афазії є чудовим способом

спілкування з іншими людьми з афазією.

Про посібник з афазії

Посібник з афазії призначений для людей з афазією, їхніх сімей, опікунів та друзів.

Ця книга має **6 частин**:

1. Про афазію



2. Оцінка та терапія



3. Поради та інструменти



4. Інформація для родини, опікунів та друзів



5. Виписка з лікарні



6. Медичні терміни.



Вам також потрібна копія **Книга «Моя подорож до інсульту»** «Моя подорож до інсульту» містить інформацію про інсульт, обстеження та лікування інсульту, а також виписку з лікарні.

Щоб отримати копію книги «Моя подорож до інсульту»:

- попросить копію у персоналу вашої лікарні
- запитати **StrokeLine** для копії.

Бачити **Моя подорож до інсульту**, наведіть камеру телефону або планшета на цей код. Натисніть на веб-адресу, що з'явиться.



StrokeLine

Команда StrokeLine **медсестри та фахівці суміжних медичних закладів** Вони працюють у Фонді боротьби з інсультом.

StrokeLine - це безкоштовний сервіс.

Команда StrokeLine може:

- відповісти на твій **питання**
- розповісти тобі про речі, які будуть **допомога**
- зв'язати вас з **послуги**.

Команда StrokeLine знає про афазію.

Команда StrokeLine надасть вам час і підтримку, необхідні для спілкування.

Зв'яжіться з StrokeLine:

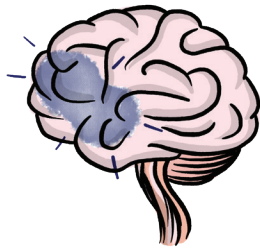
Дзвінок **1800 787 653**

Електронна пошта stroke@strokefoundation.org.au

StrokeLine працює з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00 за східним австралійським часом.

StrokeLine не працює у національні державні свята Австралії.

1. Про афазію



Що таке афазія?

Афазія – це коли у вас виникають труднощі з мовою.

Ваш мозок має дві сторони: ліву та праву. Інсульт може пошкодити одну або обидві сторони вашого мозку.

Афазія виникає, коли пошкоджена частина мозку, відповідальна за мову.

Для **більшості людей**, мовна частина знаходиться в лівій частині мозку.

Афазія може **ускладнити** до:

- скажи, що хочеш сказати
- зрозуміти, що кажуть люди
- читати, писати та писати
- текст або тип
- використовувати цифри
- використовувати жести.

Афазія не впливає на інтелект.

Як ви вимовляєте слово "афазія"?

Деякі люди кажуть: ай-файз-е-е-е.

Дехто каже: ай-файз-я.

Більше інформації про афазію:

- третина людей страждає на афазію після інсульту
- афазія - **церізний для кожного**
- ви все ще можете спілкуватися. Це може бути інакше, ніж раніше
- афазія може покращитися за допомогою **час, терапія, і практика** Ви можете продовжувати вдосконалюватися роками.
- більшість людей мало що знають про афазію
- Люди не можуть сказати, що у вас афазія, просто дивлячись на вас. Афазія – це **прихована інвалідність**.

Гарна комунікація – це завдання кожного Люди з афазією, їхні родини, опікуни, друзі та медичні працівники – усі вони допомагають у виконанні цієї роботи.

«Це не брак інтелект.

Весь інтелект знаходиться в моєму мозку. Це брак комунікації. Пошук

слова та їх вимовлення».



Як може виникнути афазія

впливають на мене?

Розмова

Вам може бути важко:

- знайдіть потрібні слова
- говорити повними реченнями
- поясніть, що ви думаєте
- називати імена людей
- називати назви місць.



Ви можете:

- відчувати розчарування
- сказати неправильне слово
- сказати вигадане слово
- помилково сказати лайливі слова
- знаєш, що хочеш сказати, але не можеш цього висловити.

Люди з афазією можуть мати інші проблеми з мовленням.

Якщо частини вашого тіла, які ви використовуєте для розмови, не працюють належним чином, вашмова буде **невиразною**. Це називається **дизартрія**.

Ваш мозок може мати **труднощі з координацією** частини вашого тіла, якими ви розмовляєте. Це називається **апраксія**.

Розуміння

Вам може бути важко:

- зрозуміти, що тобі кажуть
- зрозуміти, коли є фоновий шум.



Ви можете:

- відчуття, ніби люди говорять занадто швидко
- потрібно, щоб люди повторювали те, що вони кажуть
- потрібно більше зосередитися, щоб зрозуміти, що говорять люди.

Читання

Вам може бути важко:

- читати
- читати вголос
- знати, на якій лінії ти знаходишся
- розуміти довгі речення
- зрозуміти прочитане.



Усі люди різні. Більшість людей мають лише деякі з цих проблем.

Письменство

Вам може бути важко:

- писати літери, слова чи речення
- слова для написання
- копіювати слова
- помічати помилки
- друкуйте або надсилайте текст, як ви робили це раніше.



Ви можете:

- займає більше часу, щоб набрати слова
- мають різний почерк
- мають інший підпис
- потрібно писати іншою рукою.

Числа

Вам може бути важко:

- читати або писати числа
- вимовляти числа вголос
- рахувати
- додавання, віднімання, множення та ділення чисел
- розуміти, коли люди говорять про цифри
- прочитати час на годиннику або наручному годиннику
- читати дати в календарі
- наберіть потрібний номер на своєму телефоні



- використовувати гроші
- оплачувати свої рахунки.

«Після інсульту єдине слово, яке я вимовив, було «Ні». Там

У відділенні, з якою я добре ладнала, була служниця, яка готувала чай.

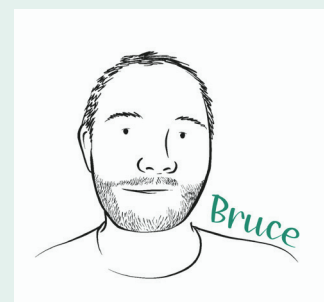
Вона сказала: «Хочеш кави?» «Ні».

«Чай?» «Ні».

У будь-якому разі, це було на початку. Я дуже розчарувалася, просто намагаючись спілкуватися. Це було дуже страшно.

Я хотів сказати більше, ніж «ні». Я хотів сказати дружині, що кохаю її. Мені знадобилося два тижні, щоб сказати «так» і «я кохаю тебе».

Тож це було справді добре».



Труднощі з підбором слів

Труднощі з підбором слів виникають, коли ти **знаєш, що хочеш сказати, але не можеш знайти слів, щоб це висловити**. Ви можете знайти:

- обдумування потрібного слова займає більше часу, ніж раніше
- ти кажеш неправильне слово
- виходить вигадане слово
- жодного слова не виходить.



Уявіть, що всі слова у вашій голові схожі на **книги в бібліотеці**.

Книги акуратні та на своєму місці.



З труднощами підбору слів, здається, **щохтось зібрав усі книги з полиці**.

Слова все ще там, але вони не в порядку.



Терапія допомагає вам знову **впорядкувати свої слова**.



Це як повернути бібліотечні книги на свої **місця**.

Типи афазії

Неплавна афазія

Можливо, у вас є **труднощі з пошуком слів**
Ви не можете говорити **повні речення**.

Наприклад, ви можете сказати «гавкіт собаки» замість «гавкає собака».

Цей вид афазії також називається
експресивна афазія.

Існують різні типи неплавної афазії.

Афазія Брока

Ви розумієте більшість того, що кажуть люди. Ви можете сказати лише кілька слів. Ваші речення звучать як телеграми – наприклад, «Вихідні. Добре. Візит дружини». Вам може бути важко повторити те, що кажуть люди.

Глобальна афазія

Вам важко розуміти, що говорять люди. Вам важко говорити та писати. Вам важко розуміти слова, які ви читаєте.

Флюентна афазія

Ваше речення **плавно йдуть** але **слова виходять переплутаними** Те, що ви маєте на увазі, не завжди зрозуміло.

Існують різні типи вільної афазії.

Афазія Верніке

Ваші речення йдуть плавно, але деякі слова вимовляються неправильно. Вам важко зрозуміти, що говорять люди. Вам може бути важко повторити те, що говорять інші. Ви можете не усвідомлювати, що ваші слова вимовляються неправильно.

Провідникова афазія

Ви можете добре говорити, але деякі слова вимовляються неправильно. Ви зазвичай розумієте, що кажуть люди. Вам може бути важко повторити те, що говорять інші.

Аномічна афазія

Ви добре говорите, але вам важко підбирати слова. Ви розумієте, що кажуть люди. Зазвичай ви можете повторити те, що кажуть інші.

Ваша афазія може не вписуватися в чіткі рамки. Вона може змінюватися з часом.

Ваш логопед допоможе вам та вашій родині зрозуміти вашу афазію.



«Якби я розмовляв з кимось, хто страждає на афазію

Я б сказав: «Тримайся». Дрібниці – це величезне досягнення у процесі одужання. Я був справді сповнений рішучості покращити свою гру.

Я не міг говорити про речі, а тепер можу говорити.

2. Оцінка та терапія

Афазія може покращитися.

Вам потрібно:

- оцінка логопеда
- терапія
- практика
- час.



Що відбувається під час оцінювання?

Ваш логопед з'ясує:

- що**важко** для тебе
- що**легко** для тебе.

Ваш логопед може розповісти вам про:

- ваш інсульт та афазія
- способи, якими ви**може спілкуватися**
- що вам потрібно зробити, щоб**покращити**.

Після оцінювання ви та ваш логопед зможете:

- встановити свій**цілі**
- **сплануйте** свою терапію.

Ваша родина може брати участь в оцінюванні, якщо ви з цим згодні.



*«Моя порада. Спробуй.
Спробуй. Спробуй. Побачиш, і
так. Дивовижно».*



*«Усі кажуть тобі, що ті, хто вижив,
отримують прибуток лише за перші шість
місяців. Це просто повна нісенітниця. Бен
продовжує отримувати прибуток на
щотижнево».*

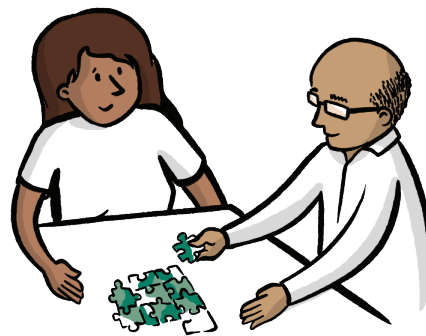
Що відбувається під час терапії?

Терапія афазії є частиною **реабілітація** після інсульту.

Ваш логопед допоможе вам **покращити спілкування**.

У терапії ви будете:

- **практикуйте спілкування**
- навчитися **способам працювати над проблемами**
- навчитися **використовувати інструменти** щоб допомогти вам спілкуватися.



Ви можете:

- практикувати **зовні** часів терапії
- **будьте чесними** зі своїм логопедом, коли **терапія здається важкою**
- **повідомте** свого логопеда, якщо **ти хочеш зробити щось інше**.

Ваш логопед також може допомогти вам спілкуватися з командою вашої лікарні.

Ваш логопед може:

- поговорити з командою вашої лікарні про **ваші цілі**
- допомогти вам зрозуміти **що каже команда вашої лікарні**
- допомогти тоб **брати участь у прийнятті рішень** про вашу турботу.





Навчання комунікаційних партнерів

Тренінг комунікативного партнера – це вид терапії.

Він базується на ідеї, що**кожна розмова – це спільний досвід.**

Партнерами для спілкування можуть бути будь-хто, з ким ви регулярно спілкуєтеся. Наприклад, родина, друзі, колеги по роботі та медичні працівники.

Тренінг комунікаційних партнерів стосується **кожен** навчання тому, як спілкуватися один з одним.

Ваш логопед працюватиме з вами та вашими партнерами по спілкуванню. Ваш логопед:

- **навчити всіх** способи спілкування
- **допомогти вам пояснити** що найкраще підходить саме вам
- допомогти тобі **практикувати**
- розповісти тобі, що минуло **добре**
- розповісти тобі, що ти можеш **працювати над.**

Навчання комунікаційних партнерів іноді скорочено називають «СРТ».

Ваш мозок може змінюватися

Ваш мозок може змінюватися. Це називається **нейропластичність.**

Нейропластичність допомагає вам одужати після інсульту, але це вимагає багато роботи.

Тобі потрібно практикувати речі **знову і знову.**

Запитайте у свого логопеда, чим ви можете займатися поза часом терапії.

Попросіть своїх гостей допомогти вам потренуватися після того, як ви надолужите згаяне.

Люди з афазією можуть **продовжувати вдосконалюватися роками.**

Картка з терапії афазії

Запис про терапію може:

- **допомогти тобі знати** над чим ви працюєте
- **допомагайте своїй родині, опікунам та друзям** знати, над чим працюєш
- **нагадати тобі** про речі, які ти **потрібно практикуватися**
- допоможіть показати свою **прогрес**.

Ви можете попросити свою родину, опікунів, друзів або логопеда допомогти вам заповнити терапевтичну картку.

Ви можете показати записи про терапію родині, опікунам та друзям.

Візьміть це з собою, коли вперше звернетесь до нового логопеда.

Тиждень 1	
Мої цілі	
Що ми зробили у терапії	
Мій домашнє завдання	
Що пішло добре	

Тиждень 2	
Мої цілі	
Що ми зробили у терапії	
Мій <small>домашнє завдання</small>	
Що пішло <small>добре</small>	

Тиждень 3	
Мої цілі	
Що ми зробили у терапії	
Мій <small>домашнє завдання</small>	
Що пішло <small>добре</small>	

3. Поради та інструменти



Поради щодо спілкування для людей з афазією

Люди з афазією можуть **досі спілкуються**. Можливо, це буде інакше, ніж було раніше.

Ви можете донести своє повідомлення, не використовуючи повних речень.

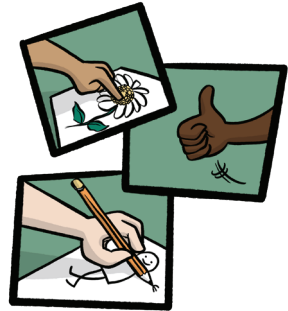
Наприклад, ви можете:

- використання **один або два** слова
- використовуйте свій **вираз обличчя**
- використовувати **тону** свого голосу
- намалювати **малюнок**
- **писати** це вниз
- використання **жест**
- відповіді на **так чи ні** питання.

Інструменти можуть допомогти вам у спілкуванні.

Ви можете:

- вказіть на малюнок. На сторінці 18 є малюнки.
- вибрати слова зі списку
- вказати на шкалу оцінювання
- використовуйте свій телефон або планшет для спілкування.

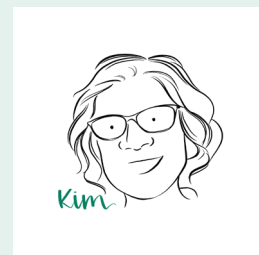


Ви можете зробити більше, ніж одну з цих речей для спілкування.

Наприклад, щоб сказати комусь, що ваш брат приїде до вас у гості, ви можете:

- Скажи «брат» або покажи його фотографію
- Намалюйте або вказіть на зображення автомобіля
- Вказіть на себе та свою кімнату
- Посміхніться або підніміть великий палець вгору.

«Я спостерігав, як вона намагалася писати прості слова, а тепер вона легко проходить крізь них, і це так дивовижно дивитися. Вона пишається собою, а я пишаюся тим, яка вона рішуча і що вона робить».
Мама Емми Кім



Поради щодо спілкування для родини та друзі

Афазія – **церізний для кожного** Запитайте людину з афазією, що для неї найкраще підходить. Її логопед також може допомогти.

Ці поради є лише орієнтиром. З часом та практикою ви знайдете найкращий спосіб.

Поділіться цими порадами з усіма своїми **родина та друзі**.

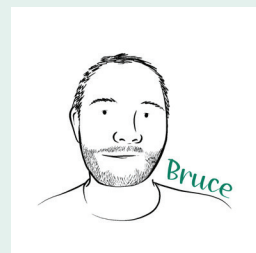
Спробуйте ці поради **коли ви спілкуєтесь** з людиною з афазією:

- використовуйте короткі, чіткі речення
- уповільніть свою промову
- казати одне за раз
- запишіть ключові слова
- ставити питання, на які можна відповісти «так» чи «ні»
- використовуйте жести та міміку, щоб підтвердити те, що ви говорите
- перевірте, чи вони вас розуміють.

Спробуйте ці поради **коли людина з афазією спілкується**:

- будьте терплячими
- дайте їм час
- використовуйте такі інструменти, як зображення або ключові слова, на які вони можуть вказати.

«Знайдіть тихе місце для розмови. Будьте добрим слухач. Проста мова – говоріть короткими, чіткими реченнями. Мені важко розшифрувати складну жаргонну термінологію. І не змінюйте тему надто швидко. Більшість людей не люблять перерв у розмовах, але потрібно бути терплячим. Дайте людям з афазією час поговорити.»



Афазія може ізолювати людей. Ви можете допомогти людині з афазією стати частиною життя:

- **включають** людину в розмовах
- повідомити **їхні думки та почуття мають значення** їй
- підтримувати зоровий контакт природним чином
- використовуйте **свій звичний тон голосу**
- **не хвилюйся** про лайку, нісенітницю або повторювані слова. Це лише частина афазії.

Інструменти комунікації

The
ОСНОВИ



Так



Можливо



Ні



Шкала оцінювання



Я розумію



Я не розумію



Чи можете ви мені допомогти?

Я
почуття



Холодний



Гарячий



Мокрий



Голодний



Втомлений



Від болю



Хворий



Щасливий



Зацікавлений



Сумний



Стурбований



Розчарований



Незручно



Засмучений

Я і
ТИ



Це добре
побачимося



Як справи?
ТИ?



Дякую
ТИ



Я люблю тебе



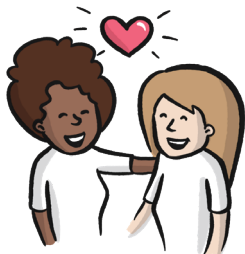
Сім'я



Дім



Діти



Друзі

Отримати
ГОТОВИЙ



Туалет



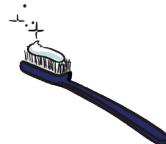
Душ



Миття волосся



Дезодорант



Чисті зуби



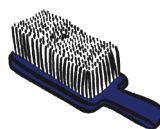
Зубні протези



Гоління



Макіяж



Розчісуйте волосся



Одягнися.



Зволожувальний крем

Отримати
НАВКОЛО



Піти на прогулянку



Ходунки



Тростина для ходьби

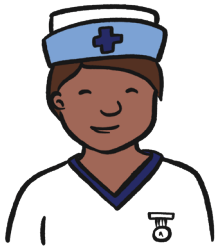


Інвалідний візок

Мій
здоров'я
турбота



Лікар



Медсестра



Терапія

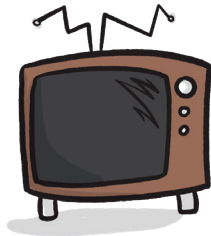


Ліки

Мій
кімната



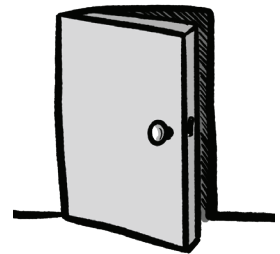
Музика



Телебачення



Світло

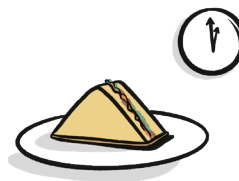


Двері

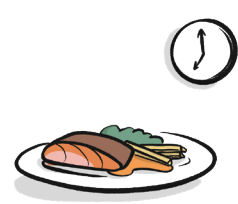
Їжте та
ПИТИ



Сніданок



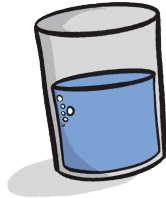
Обід



Вечеря



Перекус



Вода



Чай



Кава



Молоко



Цукор

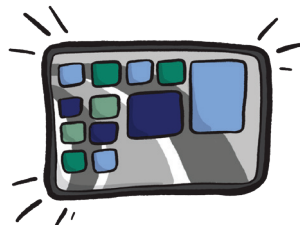


Підсолоджувач

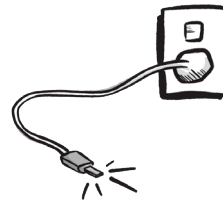
Мій речі



Мобільний телефон



Планшет



Зарядний пристрій



Дивитися



Окуляри



Слуховий апарат

Отримайте більше інструментів для спілкування

Наведіть камеру телефону або планшета на цей код. Натисніть на веб-адресу, що з'явиться.



4. Інформація для родини та друзів

Підтримка когось з афазією

Ви можете:

- **проводити час** людиною
- **включають** їх у рішеннях та планах
- запитайте їх, як у них справи **почуття**
- **запитайте їх** як ти можеш **допомога**
- поговорити про те, як ти **відчуваєш**
- нехай вони мають **час на самоті** відпочивати, коли їм це потрібно.

Ви також можете подбати про себе:

- отримати достатньо **відпочинок і сон**
- **добре харчуватися** і пийте багато **вода**
- проводити час, роблячи **речі, які тобі подобаються**
- виділіть трохи часу для **фізична активність**
- проводити час з **люди, які змушують вас почуватися добре.**

Співпрацюйте зі своїм логопедом

Ви можете співпрацювати з логопедом, якщо це нормально для людини з афазією.

Повідомте логопеда, коли ви будете в лікарні. Це допоможе йому спланувати **наздогнати** з тобою.

Логопед може попросити вас **фотографії** людей, домашніх тварин та місць для використання в терапії.

Будьте учасником терапевтичних сеансів

Терапія може бути **важка** **праця** тому добре мати підтримку.

Родина та друзі можуть допомогти зробити терапію цікавою. Вони можуть допомогти людині з афазією залишатися **мотивований**.

Ви можете взяти участь у терапевтичних сеансах. Ви всі можете навчитися:

- **Зберегти розмова тече**
- **Вирішення проблем** коли спілкування стає складним
- **Залишайтеся на зв'язку** один з одним.

Логопед може побачити, як ви всі спілкуєтесь між собою. Тоді логопед може спланувати терапію, яка допоможе вам усім.

«Іноді мені потрібна була допомога»

спілкувався, а іноді ні. Тож у нас з батьками була система.

Я стояв поруч з мамою чи татом, щоб взяти їх за руку, якщо мені потрібна була допомога. Я просто стискав їхній палець, не робив цього надто помітним.

Але коли вони розмовляли, і я знав, що можу це зробити, я торкався їхньої руки. Дуже тонко, але це був спосіб сказати: «Гей, я можу це зробити. Все гаразд». Мої батьки відповідали: «Круто, у нього все вийде».

Якби мені знову знадобилася допомога, я б знову схопив за палець, щоб дати їм зрозуміти: «Так, мені потрібна допомога».

Ось так я навчився відстоювати свої права, коли міг, але водночас отримувати підтримку, коли вона мені була потрібна».



Сімейне життя

Афазія може по-різному впливати на сім'ю.

Афазія може **ускладнити** до:

- ділитися почуттями
- приймати рішення та планувати
- знати, чого насправді хоче кожен
- спілкуватися, ділитися ідеями, жартувати та почуватися комфортно разом.

Члена сім'ї **ролі можуть змінюватися** Ваше ставлення до себе та одне до одного також може змінитися.

З усім, що відбувається, може бути важко піклуватися про себе та одне про одного.

Консультавання Звернення до медичного працівника може допомогти. Це можете робити тільки ви, або ви можете піти разом.

Підключення з іншими людьми з афазією та іншими членами сім'ї також може допомогти.

Багато батьків ставлять перед собою цілі терапії щодо догляду за своїми дітьми. Поговоріть зі своїм логопедом.

Стосунки Австралія

Консультавання для окремих осіб, пар та сімей.

Дзвінок **1300 364 277**

Відвідайте relationships.org.au

Стати опікуном

Будь-хто може бути доглядачем. Доглядальники піклуються про когось, хто потребує допомоги у повсякденному житті.

Поговоріть з командою вашої лікарні, якщо вам потрібна допомога з доглядом.

Шлюз для опікунів

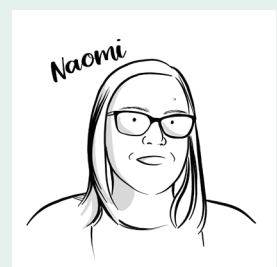
Вони можуть розповісти вам про речі, які полегшать догляд. Вони можуть допомогти вам отримати послуги та консультації.

Дзвінок **1800 422 737** Відвідайте

carergateway.gov.au

«Коли у мого чоловіка стався інсульт, нашим дітям був 1 і 3 роки. Я пояснив їм, що тато в лікарні і не може розмовляти.

Мій трирічний син спочатку не хотів його відвідувати, тому, коли я його відвідав, я зробив кілька фотографій, щоб він знав, чого очікувати. Коли він зрозумів, що тато все ще схожий на тата, він із радістю прийшов і провідав його».



5. Виписка з лікарні

Отримайте більше афазії терапія

Вам потрібно знати, яку терапію ви отримаєте після виписки з лікарні. **Запитайте у своєї команди, який план.**

Продовжуйте терапію Люди з афазією можуть продовжувати покращуватися протягом багатьох років. Коли ви досягнете своєї мети, відсвяткуйте це, а потім поставте собі іншу мету.

Є різні способи щоб отримати терапію. Ваш лікар або медичний працівник може повідомити вам, що доступно. Ось деякі варіанти:

- реабілітація на базі громади
- Національна схема страхування на випадок інвалідності – НДІС
- Мій догляд за літніми людьми
- Сеанси, що субсидуються Medicare
- приватне медичне страхування
- студентські клініки університету.

StrokeLine також може повідомити вам, яка терапія доступна.

Дзвінок **1800 787 653**

Електронна пошта strokeline@strokefoundation.org.au

Терапія афазії веб-сайти та додатки

Вебсайти та додатки можуть допомогти вам у лікуванні афазії. **Вони не замінюють терапію**.

Ваш логопед може сказати вам, чи буде веб-сайт або додаток корисним для вас.

Деякі товари платні. Перш ніж щось купувати, поговоріть зі своєю мовою. патологоанатом.

Вебсайт Tavistock Trust for Aphasia може допомогти вам знайти вебсайти, програмне забезпечення та додатки.

Наведіть камеру телефону або планшета на цей код. Натисніть на веб-адресу, що з'явиться.



Ви можете переглянути:

- Тактусна терапія
- Лінграфіка
- Постійна терапія
- Proloquo2Go
- Коробка слів
- Національна асоціація афазії (США).

Групи афазії

Групи для людей з афазією – це чудовий спосіб:

- спілкуватися з іншими людьми з афазією
- спілкуйтеся з іншими членами родини людей з афазією
- отримати інформацію, поради та підтримку від людей, які розуміють
- насолоджуватися спілкуванням у підтримуючому середовищі.

Щоб знайти групу поруч із вами:

- Зв'яжіться з StrokeLine
- запитайте свого логопеда.

Щоб знайти групу, ви також можете відвідати наші вебсайти. Наведіть камеру телефону або планшета на ці коди. Натисніть на вебадресу, що з'явиться.

Вебсайт спільноти афазії



Вебсайт EnableMe



«Група для людей з афазією — це дуже гарне місце для вдосконалення»

***ваша промова. Неважливо, скільки у вас слів.
Ми не засуджуємо.***

Я б порадив, якщо вам потрібна порада, поговоріть з іншими людьми, які страждають на афазію. Ви можете повчитися, спілкуючись з людьми, які страждають на афазію, а потім можете продовжувати спілкуватися з іншими людьми.

Наразі я ненавиджу відповідати на телефонні дзвінки. Мені дуже нервую, коли дзвонить телефон, і здебільшого не відповідаю. Мене стресує швидко підбирати слова. У Talkback я навчився дечому дуже корисному про розмови по телефону».



Залишайтеся на зв'язку з тим, що важливо для вас

Існує багато способів підтримувати зв'язок з людьми та речами, які вам подобаються.

Використайте картку «У мене афазія», щоб пояснити, що таке афазія

Щоб отримати картки «У мене афазія»:

- Зателефонуйте до Австралійської асоціації афазії **1800 274 274** Електронна пошта питання@aphasia.org.au
- Зателефонуйте до StrokeLine **1800 787 653** Електронна пошта strokeline@strokefoundation.org.au

Повідомте людям, що допомагає вам спілкуватися

Поділіться порадами на сторінці 17.

Розкажіть людям про афазію

Відвідайте наші веб-сайти, щоб знайти інформацію для обміну. Наведіть камеру телефону або планшета на коди. Натисніть на веб-адресу, що з'явиться.



Австралійська афазія
Вебсайт Асоціації.



Вебсайт EnableMe.

Займайтеся діяльністю

Повідомте свого логопеда та ерготерапевта, якщо ви хочете:

- робота, навчання або волонтерство
- залучайтеся до груп, хобі чи заходів.

Долучіться до дослідження афазії

Ви можете пройти терапію в рамках тестування. Ви можете зробити свій внесок у покращення терапії афазії.

Відвідайте strokefoundation.org.au або зверніться до StrokeLine.

«Я волонтеру в зоопарку.»

Це складається з двох частин. Я займаюся даними

керівництво та я

робити керівництво. Дані

управління, я

нічого не кажучи, і це справді добре. Це справді легко. З іншого боку, робота гідом може бути дуже стресовою. Я змушений розмовляти з людьми, і це для мене дуже добре. Це більше корисно, ніж стресово».



Емоції, депресія і тривога

Афазія може ускладнити життя Ви можете відчувати, що не є частиною чогось. Ви можете відчувати:

- сумний
- наляканий
- стурбований
- сповнений надії
- самотній
- збентежений.

Поділіться своїми почуттями:

- ваша родина та друзі.
- вашого лікаря та медичних працівників.

«Я не знав слова «афазія».

Приблизно через рік після інсульту я запитала свого логопеда: «Що зі мною не так? Я просто не можу вимовити жодного слова». І логопед відповів: «Люба, у тебе афазія». Я трохи пошукала інформацію, зателефонувала мамі та сказала: «У мене афазія. І я цим пишаюся».



Депресія та тривога

Багато людей з афазією страждають на депресію або тривогу. Сім'я та опікуни також можуть відчувати депресію або тривогу.

Ознайомтеся з ознаками.

Депресія

У вас може бути депресія, якщо у вас є:

- деякі з цих ознак
- у більшість днів
- протягом більше 2 тижнів.

Ви можете:

- відчувати смуток або пригніченість
- втрачаєте інтерес до речей, які вам подобаються
- відчувати роздратування, перевантаження, порожнечу або оніміння
- постійно відчувати втому
- важко зосередитися
- не хочеться їсти
- їсти більше, ніж зазвичай
- важко спати
- сплять більше, ніж зазвичай.

Тривога

У вас може бути тривога, якщо у вас є:

- деякі з цих ознак
- у більшість днів
- протягом більше 2 тижнів.

Ви можете:

- відчують сильне занепокоєння або тривогу більшу частину часу
- важко заспокоїтися
- занадто багато обмірковувати
- важко приймати рішення
- постійно відчувати втому
- мають труднощі з концентрацією уваги
- мають напружені м'язи
- важко заснути
- важко заснути.

За межами блакитного

Beyond Blue може допомогти з депресією або тривогою. Ви можете зв'язатися з ними 24 години на добу, 7 днів на тиждень.

Дзвінок **1300 22 4636**

Відвідайте beyondblue.org.au

Лінія життя

Lifeline може допомогти, якщо у вас особиста криза. Ви можете зв'язатися з ними 24 години на добу, 7 днів на тиждень.

Дзвінок **13 11 14**

Відвідайте lifeline.org.au

StrokeLine

Дзвінок **1800 787 653**

Електронна пошта strokeline@strokefoundation.org.au

«Інсульт настільки травматичний, і ви намагаєтеся пережити те, що відбувається».

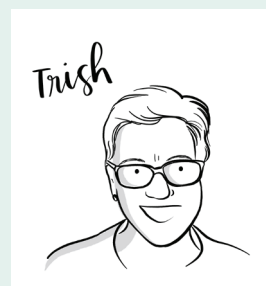
сталося, тому ваш розум неясний.

Є речі, які я хотіла б, щоб мені хтось пояснив на початку, щоб я мала певне уявлення, що робити, що сказати сестрі. Але поступово, поступово я навчалася.

Я знайшов StrokeLine, і вони були дуже, дуже корисними. Я написав електронного листа.

або зателефонувати їм, і вони дадуть мені підказки. Австралійська асоціація афазії також дуже допомогла. На їхньому вебсайті є чудова інформація.

Якщо в мене все ж таки трапляється невдача, я просто обмірковую це. Я завжди можу зателефонувати на StrokeLine – там завжди є хтось, з ким можна поговорити і надати тобі сили».



6. Медичні терміни

Аграматизм

Аграматизм – це коли у вас виникають труднощі з **промовляння або розуміння речень** Ви можете вимовляти окремі слова, але важко скласти з них речення.

Аграфія

Аграфія - це коли у вас виникають труднощі з **письмо**.

Алексія

Алексія – це коли у вас виникають труднощі з **читання**.

Аномія

Аномія – це коли у вас виникають труднощі з **знаходження потрібних слів**.

Аномічна афазія

Ти добре говориш, але в тебе є **труднощі з підбором слів** Ви розумієте, що кажуть люди. Зазвичай ви можете повторити те, що кажуть інші.

Афазія

Афазія – це коли у вас є **труднощі з мовою** Афазія виникає, коли мовна частина вашого **мозок пошкоджений**.

Афазію також називають дисфазією.

Апраксія

Апраксія – це коли ти її знаходиш **важко рухати частиною тіла** Це тому, що вашому мозку **важко планувати** кроки для руху.

Апраксія мовлення - це коли ваша **мозку важко** спланувати кроки для **рухай ротом** говорити.

Апраксію також називають диспраксією.

Слухове розуміння

Слухове розуміння – це слухання, осмислення та **розуміння того, що кажуть люди**.

Доповнююча та альтернативна комунікація (ДАК)

Доповнююча та альтернативна комунікація стосується **способи спілкування людей, окрім розмови** Прикладами є вказівка на слова чи зображення, використання жестів та використання голосових пристроїв виведення.

Афазія Брока

Ви зазвичай **зрозуміти, що кажуть люди** Ви можете сказати лише кілька слів. Ваші речення звучать як телеграми – наприклад, «Вихідні. Добре. Візит дружини». Вам може бути важко повторити те, що кажуть інші.

Обмежене висловлювання

Обхідність – це **техніка** люди використовують, коли не можуть знайти потрібне слово.

Ви описуєте слово Наприклад, ви можете сказати «магазин, який продає все» замість «супермаркет».

Когніція

Когніція включає **мислення**, увага, мова, навчання, пам'ять та сприйняття.

Провідникова афазія

Ви можете **добре говориш, але деякі слова вимовляються неправильно**. Зазвичай ви розумієте, що кажуть люди. Вам може бути важко повторити те, що говорять інші.

Кий

Кий – це **підказка або підказка** за слово.

Прикладом може бути ситуація, коли ваш логопед дає вам **перший звук слова**. Це допоможе вам знайти слово.

Дискурс-терапія

Дискурс-терапія **допомагає вам говорити та розуміти** абзаци та розмови. Це також допомагає вам пояснювати та ділитися історіями.

Дисфагія

Дисфагія - це коли у вас є:

- **Труднощі з ковтанням** або
- **Біль** коли ковтаєш.

Експресивна афазія

У вас можуть виникнути труднощі **знаходження слів та говоріння повними реченнями**.

Це також називається неплавною афазією.

Флюентна афазія

Ваш **речення пливають, але сенс не завжди зрозумілий**.

Функціональна комунікація

Функціональна комунікація – це здатність доносити свої слова, ідеї та повідомлення до інших **щоденні дії та ситуації**.

Глобальна афазія

У вас виникають труднощі **розуміння того, що кажуть люди**. Вам важко **говорити та писати**. Вам важко **розуміти слова, які ви читаєте**.

Постановка цілей

Постановка цілей – це рішення **чого ви хочете досягти**.

Ваша лікарняна команда може допомогти вам:

- ставити цілі
- складіть план для досягнення своїх цілей.

Ваш план включатиме:

- кроки, які вам потрібно буде зробити
- як ви будете відстежувати свій прогрес.

Геміанопія

Геміанопія – це коли вивтрата **половини поля зору в обох очах**.

Якщо у вас правостороння геміанопія, слова з правого боку сторінки зникають. При лівосторонній геміанопії слова з лівого боку зникають.

Геміпарез

Геміпарез – це коли **одна сторона вашого тіла слабка**. Це може бути ваша рука, ваша нога або обидві.

Геміплегія

Геміплегія - це коли **одна сторона вашого тіла не може рухатися або паралізована**. Це може бути ваша рука, ваша нога або обидві.

Підхід до афазії, що базується на участі в житті

Це спосіб **повернення до життя з афазією**. Він також зосереджується на наявності вибору та доступу до послуг.

Неплавна афазія

У вас можуть виникнути **труднощі знаходження слів та говоріння повними реченнями**.

Наприклад, ви можете сказати «гавкіт собаки» замість «гавкає собака».

Цей вид афазії також називається експресивною афазією.

Парафазія

Парафазія – **цезвукова або словна помилка**.

Існує 3 типи парафазії.

Ви кажете, що **неправильний звук**. Наприклад, **стр.оок** замість **бдобре**. Це називається фонематичною парафазією.

Ви кажете **неправильне слово**, але воно має схоже значення. Наприклад, ви кажете **собака** коли ви маєте на увазі **кіт**. Це називається семантичною парафазією.

Ви кажете **вигадане слово** це нічого не означає. Це називається неологічною парафазією або неологізмом.

Наполегливість

Наполегливість – це коли ти **застрягати на одній речі**.

При афазії це означає **застрягати на слові та повторювати його знову і знову**. Зазвичай, ви цього не робите навмисно.

Рецептивна афазія







Рецептивна афазія – це коли ти **можеш говорити реченнями, але щоти маєш на увазі, що не завжди зрозуміло**. Ви маєте **труднощі з розумінням** що кажуть люди.

Афазія Верніке


Ваше **речення пливуть, але деякі слова виходять неправильними**. Ви маєте **труднощі з розумінням** що кажуть люди. Вам може бути важко повторити те, що кажуть люди.



Як більше залучитися

-  **Дайте час** – стати волонтером.
-  **Збирати кошти** – зробити пожертву або провести благодійний захід.
-  **Висловлюйтесь** – приєднуйтесь до нашої адвокаційної команди.
-  **Залиште по собі тривалу спадщину** – включити подарунок до свого заповіту. Знай
-  **свої цифри** – регулярно перевіряйте своє здоров'я. **Будьте в курсі подій** – слідкуйте за оновленнями та поширюйте наше повідомлення.
- 

Зв'яжіться з нами

-  **StrokeLine 1800 ІНДИКАТОР (1800 787 653)**
-  **strokefoundation.org.au /**
-  **strokefoundation**
-  **@strokefdn**
-  **@strokefdn**