



UTPROVNING av tyngd-, kedje-, bolltäcke

Målgrupp: Personer med grava funktionsnedsättningar som har nedsatt sömn- och dygnsrytm, ångestproblematik, motorisk oro, nedsatt koncentrationsförmåga och/eller nedsatt rums- och kroppsuppfattning som väsentligen påverkar aktiviteter i det dagliga livet i negativ bemärkelse.

Patient: _____ Personnummer: _____

Utprovningsperiod: _____

Närstående eller personal: _____

Ergoterapeut: _____

Beskriv orsaken/orsakerna till utprovning av täcke:

- motorisk oro sömnsvårigheter ångest/oro
 koncentrationssvårigheter taktil överkänslighet ofrivilliga rörelser, tics
 annat _____

Dagbok före utprovning

Patienten själv, närstående eller vårdpersonal fyller i tillsammans för att beskriva situationen innan utprovningen påbörjas.

Datum: _____

Sömnmönster

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Vaknar ofta	Sover utan att vakna
Är spänd nattetid	Sover avspänt, avslappnat
Ängest	Sover lugnt
Är orolig (t.ex. kliver) upp ur sängen	Sover lugnt

Annat: _____

Insomningstid: _____



Dagbok under utprovning, vecka 1

Datum: _____

Täcket har använts nattetid: JA NEJ

Om ja, på vilket sätt: som insomningshjälpmedel, insomningstid _____ minuter
 hela natten
 annat

Täcket har använts dagtid: JA NEJ

Om ja, i vilka situationer: sett på TV
 lyssnat på radio/musik
 som avslappning
 annat

Har användare blivit mer aktiv under dagen, beskriv på vilket sätt: _____

Sömnmönster

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Vaknar ofta	Sover utan att vakna
Är spänd nattetid	Sover avspänt, avslappnat
Ångest	Sover lugnt
Är orolig (t.ex. kliver) upp ur sängen	Sover lugnt

Annat: _____

Insomningstid: _____

Vakenhet och andra sinnestillstånd under dagtid

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Trött	Vaken, pigg
Okoncentrerad, orolig	Koncentrerad
Ångest	Lugn
Spänd	Avslappnad
Arg/irriterad	Lugn

Annat: _____



Dagbok under utprovning, vecka 2

Datum: _____

Täcket har använts nattetid: JA NEJ

Om ja, på vilket sätt: som insomningshjälpmedel, insomningstid _____ minuter
 hela natten
 annat

Täcket har använts dagtid: JA NEJ

Om ja, i vilka situationer: sett på TV
 lyssnat på radio/musik
 som avslappning
 annat

Har användare blivit mer aktiv under dagen, beskriv på vilket sätt: _____

Sömnmönster

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Vaknar ofta	_____	Sover utan att vakna
Är spänd nattetid	_____	Sover avspänt, avslappnat
Ångest	_____	Sover lugnt
Är orolig (t.ex. kliver) upp ur sängen	_____	Sover lugnt

Annat: _____

Insomningstid: _____

Vakenhet och andra sinnestillstånd under dagtid

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Trött	_____	Vaken, pigg
Okoncentrerad, orolig	_____	Koncentrerad
Ångest	_____	Lugn
Spänd	_____	Avslappnad
Arg/irriterad	_____	Lugn

Annat: _____



Dagbok under utprovning, vecka 3

Datum: _____

Täcket har använts nattetid: JA NEJ

Om ja, på vilket sätt: som insomningshjälpmedel, insomningstid _____ minuter
 hela natten
 annat

Täcket har använts dagtid: JA NEJ

Om ja, i vilka situationer: sett på TV
 lyssnat på radio/musik
 som avslappning
 annat

Har användare blivit mer aktiv under dagen, beskriv på vilket sätt: _____

Sömmönster

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Vaknar ofta	Sover utan att vakna
Är spänd nattetid	Sover avspänt, avslappnat
Ångest	Sover lugnt
Är orolig (t.ex. kliver) upp ur sängen	Sover lugnt

Annat: _____

Insomningstid: _____

Vakenhet och andra sinnestillstånd under dagtid

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Trött	Vaken, pigg
Okoncentrerad, orolig	Koncentrerad
Ångest	Lugn
Spänd	Avslappnad
Arg/irriterad	Lugn

Annat: _____



Dagbok under utprovning, vecka 4

Datum: _____

Täcket har använts nattetid: JA NEJ

Om ja, på vilket sätt: som insomningshjälpmedel, insomningstid _____ minuter
 hela natten
 annat

Täcket har använts dagtid: JA NEJ

Om ja, i vilka situationer: sett på TV
 lyssnat på radio/musik
 som avslappning
 annat

Har användare blivit mer aktiv under dagen, beskriv på vilket sätt: _____

Sömmönster

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Vaknar ofta	Sover utan att vakna
Är spänd nattetid	Sover avspänt, avslappnat
Ångest	Sover lugnt
Är orolig (t.ex. kliver) upp ur sängen	Sover lugnt

Annat: _____

Insomningstid: _____

Vakenhet och andra sinnestillstånd under dagtid

Svara på följande påståenden genom att sätta X på linjen där det stämmer bäst.

Trött	Vaken, pigg
Okoncentrerad, orolig	Koncentrerad
Ångest	Lugn
Spänd	Avslappnad
Arg/irriterad	Lugn

Annat: _____