

Stroke

Lästips från sjukhusbiblioteket



Sjukhusbiblioteken i Värmland
2023

Afasi och samtal : goda råd om kommunikation (2010)

Av Margit Corneliussen

Det är många gånger svårt att föra samtal med en person som har fått afasi. Boken ger konkreta råd om vad familjemedlemmar, vänner, kollegor, hälso- och sjukvårdspersonal och andra kan göra för att åstadkomma bästa möjliga förutsättningar för goda samtal trots afasi.

Alltid lite till : om att slåss för sitt liv (2016)

Av Frida Wallberg

Frida Wallberg är Sveriges främsta kvinnliga boxare genom tiderna och hon var på väg mot en ny proffstitel när hon plötsligt fick en hjärnblödning. Boken sammanfattar Fridas väg tillbaka till ett nytt liv, eller som hon själv säger: "Min tuffaste match.."

Den ofattbara hjärntröttheten (2019)

Birgitta Johansson och Lars Rönnbäck

Hjärntrötthet är en energilöshet och en känsla av orkeslöshet som kan orsakas av sjukdom eller skada, tex stroke. Boken ger en introduktion till vad hjärntrötthet är, hur det uppkommer och hur tillståndet kan diagnostiseras och behandlas. Här finns också många korta personliga berättelser om hur det upplevs att vara hjärntrött.

Hjärnblödning : från mörker till ljus (2016)

Av Claes Ivarsson

Claes Ivarsson drabbades av en stroke just när det var bra flyt i livet både i arbetet och privat. På en sekund blev allt förändrat. Han har kämpat sig tillbaka, med en stark revanschlusta, till ett någorlunda normalt liv och det har han beskrivit i den här boken.

Hjärnvilja : en fajt mot strokedjävulen (2014)

Av Stefan Di-Omnia

Stefan drabbas av stroke och blir förlamad vid 44 års ålder. Enligt sjukvården var hans chanser att kunna resa sig igen obefintliga. Med hjärnvilja och mental styrka börjar han den fysiska och mentala fajten i och om livet. För ett liv fyllt av värde.

Lugnt inre välmående : för oss med stroke eller Parkinson : med Hikari- och mindfulnessövningar för att minska hjärntrötthet (2019)

Text och bild : Projekt LIV.

Boken vänder sig till personer som drabbats av stroke eller Parkinsons sjukdom vilket ofta kan leda till hjärntrötthet. Med anpassade övningar från mindfulness, hikari, yoga, boxning och dans vill man uppnå ett inre stressbefriat lugn och stimulera rörlighet och balanssinne samt motverka hjärntrötthet.

Men jag då? Att förlora sig själv som anhängigvårdare (2017)

Av Karin Rex Andersson

Det här är en bok om hur en allvarlig stroke drastiskt kan förändra tillvaron för båda parter i ett äktenskap. Perspektivet är anhängigvårdarens. Den handlar om hur den ena parten blir anhängigvårdaren med mindre och mindre utrymme för sina egna intressen, vila och rekreation.

Min stroke (2009)

Av Jill Bolte Taylor

En fascinerande berättelse om hjärnforskaren som själv fick en stroke och om hennes långa väg tillbaka. Det tog åtta år att tillfriskna helt och hållet. Idag anser Jill att stroken var det bästa som kunde hända henne.

Mitt andra liv : en berättelse om att drabbas av stroke (2010)

Av Ingrid Trollsten

Författaren drabbades av en stroke 2001. När hon vaknar upp ur medvetslösheten kan hon varken tala, äta eller röra sig. Här berättar hon i dagboksform om kampen för att komma tillbaka.

Nationella riktlinjer för vård vid stroke : stöd för styrning och ledning (2020)

Socialstyrelsen

De nationella riktlinjerna innehåller rekommendationer om behandling, diagnostik, prevention och rehabilitering. Riktlinjerna vänder sig till beslutsfattare och vårdpersonal.

När det värsta händer : ett år av djupaste sorg, kärlek och förundran (2021)

Av Kristina Aspemo

En självbiografi där Kristina Aspemo berättar om när hennes sambo Gösta drabbas av en hjärnblödning mitt i livet. Hon skriver om den chockerande veckan, om Göstas sista andetag och om det första året av sorg. Det handlar också om att komma tillbaka till arbetet och så småningom acceptera att leva vidare. En bok om hur sorg kan se ut men som också skänker tröst och hopp till människor i sorg.

När hjärnan inte orkar : om hjärntrötthet (2014)

Av Birgitta Johansson & Lars Rönnbäck

Hjärntrötthet är ett symptom som kommer efter bla. en stroke och boken ger en fyllig översikt på problemet. Det är ett osynligt handikapp som är mycket vanligt vid skada eller sjukdom i nervsystemet. Det finns en självskattningsskala i slutet av boken och många referenser.

Stroke : patienters, närståendes och vårdares perspektiv (2012)

Red. Ann-Cathrin Jönsson

Stroke drabbar på olika sätt relaterat till var hjärnskadan är belägen. Syftet med denna bok är att belysa hur ett insjuknande i stroke kan upplevas, hur vårdprocessen bedrivs samt att få del av hur livet kan påverkas när en närstående drabbas av stroke.

Stroke och cerebrovaskulär sjukdom (2014)

Red. Anders Gottsäter m.fl.

I denna andra upplaga har materialet angående strokesjukdomens olika komplikationer och rehabilitering fördjupats. Nya kapitel om primärprevention, TIA, dissektioner, ovanliga stroketyper, emotionella reaktioner, kognitiv vaskulär svikt samt bilkörning efter stroke har tillkommit. Uppdaterade och utförliga beskrivningar ges av bl.a. behandlingsformer.

Stroke och konsten att vara anhörig (2010)

Av Maria Wallström

Boken kom till för att drabbade familjer ska få stöd, psykologiskt, praktiskt och ekonomiskt, att hantera den situation som uppstår när någon i familjen blivit sjuk i stroke. Det är ingen medicinsk handbok utan en handbok i att klara vardagen. Den bygger på fallbeskrivningar av anhörigas upplevelser och erfarenheter.

Stroke och livet efter (2018)

Av: Bjarne, Daniela

Att få en stroke innebär ofta en stor omställning både för den som fått stroke och för de närstående. Skriften tar upp lite om mycket, allt från vad stroke är till samhällets insatser. Utgiven av Stroke-Riksförbundet.

Stroke - och sedan...? (2016)

Av Marie Svendenius

Boken vänder sig i första hand till anhöriga till svårt stokedrabbade personer. Det är en personlig berättelse och överlevnadsstrategi med många tips och råd som kan underlätta för de som kämpar, ofta helt ensamma, för att ge den anhöriga ett så bra liv som möjligt.

Strokeresan : konsten att komma tillbaka (2021)

Av Johan Rietz.

Det här är Johans berättelse om hur han tog sig vidare och bearbetade livet efter sin stroke. Han sätter ord och bild på det som hände och det är med hjälp av akrylfärgerna som han vågar ta sig an känslorna. Hans förhoppning är att boken kan vara till hjälp för andra som drabbats av stroke.

Strokesurvivor : vägen vidare efter stroke (2019)

Av Anneli Heikenborn

När Anneli väntar sitt andra barn drabbas hon av akut havandeskapsförgiftning, högt blodtryck och ett kärlnystan i hennes hjärna brister och orsakar en massiv hjärnblödning. Både hon och barnet överlever mot alla odds Här delar hon med sig av sina erfarenheter av att ha drabbats av en stroke mitt i livet. Det är en bok om tankens kraft och att det alltid finns hopp. Författaren skriver också på sin blogg, strokesurvivor.blogg.

Är du full? Nej, Jag har haft stroke : om vikten av fullgod rehabilitering (2012)

Av Magnus Edner

Edner är docent vid Karolinska Institutet och han får en stroke med svår funktionsnedsättning beträffande syn, balans, tal, sväljning och tankeförmåga. Författaren riktar svidande kritik mot den undermåliga behandling och träning han tycker sig ha fått. Ett debattinlägg med budskapet att ökade insatser till rehabilitering skulle ge stora vinster för såväl individ som samhälle.

För barn

Aron och Noras nya mamma (2013)

Av Lena Ekmark

När en mamma eller pappa får en hjärnskada kan det vara svårt för ett barn att förstå. Denna berättelsen handlar om Aron, 7 år. Ur hans perspektiv får vi följa sjukdomsförloppet från det att hans mamma får en stroke och faller ihop hemma i köket, hennes långa sjukhusvistelse, tills dess att hon återigen kommit hem. Hon är annorlunda, men fortfarande hans mamma.

På webben

Stroke – Riksförbundet

En intresseorganisation för dig som har fått stroke, du som är anhörig och andra intresserade.

strokeforbundet.se

Värmlands läns strokeförening

varmlandsstrokeforening.se/

Neuroförbundet

En intresseorganisation specialiserad på neurologi.

neuro.se/

Afasiförbundet

Afasiförbundet organiserar personer med afasi och språkstörning samt anhöriga.

afasi.se/afasiforbundet/

1177.se

Vårdguiden är en tjänst från Sveriges regioner.

1177.se

Denna broschyr med lästips innehåller ett urval av allt som finns att läsa inom detta ämne. Det är Sjukhusbiblioteken i Värmland som gjort broschyren och böckerna finns att låna hos oss. Det vi tipsar om kan även finnas som ljudböcker och e-böcker.

Välkommen till Sjukhusbiblioteken i Värmland

Karlstad

010-831 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

Arvika

010-831 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

Torsby

010-834 74 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek