



## Association Internationale Aphasie (AIA)

### **Hvað er málstol?**

*Þú hefur líklega nýlega horfst í augu við málstol í fyrsta sinn. Í byrjun vekur málstolið spurningar eins og: hvað er málstol, hvernig þróast það og hvaða aukavandamál geta komið fram?*

### **Hvað er málstol?**

Allar manneskjur nota tungumál. Tal, uppgvötun réttra orða, skilningur, lestur, skrift og handapat eru hluti af tungumálanotkuni okkar. Ef

heilaáverki leiðir til að einn eða fleirri hlutar tungumálsins hætta að virka,

er það kallað málstol. Þar af leiðandi þýðir málstol, að einhver getur ekki lengur sagt hvað hann eða hún vill. Hann eða hún geta ekki lengur notað tungumálið. Fyrir utan málstol getur lömum átt sér stað og/eða vandamál við eftirfarandi:

- meðvitandi hegðun,
- eftirtektarsemi umhverfis,
- einbeiting, umleitun og minni.

Manneskjur geta ekki lengur gert tvo hluti samtímis.

Manneskjur upplifa stundum ergelsi í fríi erlendis, þegar þau geta ekki tjáð sig klárlega eða skilið almennilega, hvað aðrir eru að segja. Jafnvel í löndum þar sem við höfum gott vald á tungumálinu, getum við upplifað þetta þegar við erum til dæmis hjá lækni. Í löndum, þar sem við höfum ekki gott vald á tungumálinu, er samskiptagetan okkar við heimamenn alltaf takmörkuð, og stundum tekst manni jafnvel ekki að panta matinn, sem maður vill borða. Fólk sem er með málstol, upplifir þessi vandamál á hverjum degi. Þess vegna, er málstol málröskun. Það eru engar tvær manneskjur með eins málstol: málstol er öðruvísi fyrir hver og einn. Alvarleiki og yfirgrip málstolsins fer eftir, meðal annars, staðsetningu heilaáverkans og alvarleika hans, fyrri málvísindalegri getu og persónuleika manneskjunnar. Sumir sem eru með málstol skilja tungumál vel, en eiga erfiðleika með að finna rétt orð eða byggja setningar. Sumir annarsvegar tala mikið, en hvað þau segja er erfitt að skilja; þessar manneskjur hafa oft mikla erfiðleika með að skilja tungumál. Málvísindaleg geta fólksins sem er með málstol er oftast einhvers staðar á milli þessara tveggja öfga. Takið eftir: Manneskja, sem er með málstol hefur oftast fullkomnar gáfur til umráða! Það er nánast alltaf nokkur sjálfsprottinn bati af tungumálum þegar málstolið fer fram. Þessi endurheimtun er sjaldgæf eða aldrei fullkomin. Samt, með mikilli æfingu, vinnu og þolgæði, er hægt að ná framför.

### **Framfari málstolsins**

Málstoli myndast sem afleiðing heilaáverka. Uppruni slíkra heiláverka er oftast blóðæðatruflun. Slík truflun er líka kölluð heilaáfall, heilablæðing eða heilablóðfall. Í læknisfræðilegu máli er það kallað CVA: Cerebral (= heila-) Vascular (= æða-) Accident (=slys). Önnur orsök fyrir myndun málstolsins er til dæmis áverki (skaði heilans, vegna t.d. umferðarslys eða heilaæxlis).

Heilinn okkar þarfnast súrefnis og glúkósa til að virka. Ef CVA eða aðrar orsakir leiða til þess, að blóðstreymið til heilans er truflað, deyrjaheilafurum á þeim stað. Í heilanum eru ólík svæði fyrir ólík hlutverk. Fyrir flest fólk, er svæði tungumálsins staðsett á vinstra svæði heilans. Sökum skaða á þessum svæðum er talað um málstol.

### **Hvaða önnur vandamál geta komið upp?**

Það gerist sjaldan að einhver þjáist aðeins af málstoli. Oft eru önnur svæði heilans undir áhrifum einnig. Dæmi um önnur vandamál eru:

- Helftarlömunarástand. Fyrir fólk sem þjáist af málstoli hendir þetta oft hægri helming líkamans. Hegðun

vöðva hægra eða vinstra megin líkamans er undir áhrifum og vinna ekki saman lengur.

- Blinda á helmingi sjónsviðs (hemianopia) Fyrir það mesta, getur fólk séð allt sem er staðsett á heilbrigðri hlið líkamans, en ekki hluti sem eru staðsettir á skadaðri hlið líkamans.
- Vita ekki lengur hvernig vissar aðgerðir eru framvæmdar (hreyfistól). Einfaldar aðgerðir t.d. klæða sig í, borða og drekka, geta allt í einu ekki verið framkvæmdar meðvitandi lengur. Sá sem þjáist af hreyfistoli, getur t.d. ekki vitað hvernig á að slökkva á kerti ef hann eða hún er beðin um það (meðvitandi aðgerð), jafnvel þó að manneskjan geti slökkt á eldspýtu sjálfkrafa, sé manneskjan við það að brenna fingurna.
- Vandamál við að borða, drekka og kyngja (kyngingartregða). Vegna heilaskaðans geta þarmarnir og kokvöðvar lamast, orðið viðkvæmir eða jafnvel óviðkvæmir. Þetta gerir manneskjunnar erfitt að borða og drekka. Vegna lömunnar og tilfinningartöpunnar í hluta kinnarninnar, getur munnvökvi lekið frá öðruhvorum munnvikinu án eftirtektar.
- Minnisvandamál. Tungumál spilar stórt hlutverk í því að muna upplýsingar. Vegna tungumáls vandamála, sýnist minnið ekki virka eins vel. Þess vegna, punktið alltaf niður nokkur lykilorð; þetta gerir það auðveldara fyrir þann sem þjáist af málstoli að muna hluti.
- Haga sér öðruvísi. Stundum hagar fólk sér allt öðruvísi eftir heilablóðfall en það gerði áður. Stjórnun tilfinninga er erfiðari. Það er mögulegt að einhver hlægi eða gráti oftar. Það er einnig mögulegt að það þurfi meiri áreynslu til að hætta.
- Flogaveiki. Þegar heilinn endurheimtir sig frá skaða, er örvefur myndaður í heilanum. Stundum getur þessi örvefur leitt til svo kallaðs skammhlaups í heilanum. Vegna þessa, engist líkaminn, manneskjan hefur oft öndunarerfiðleika og hún getur misst meðvitund. Þetta áfall stendur aðeins yfir í nokkrar mínútur, en kemur oft án viðvörunnar og hræðir bæði sjúklinginn og fjölskyldu hans.

Ofanverður listi er ekki fullkomlega tilbúinn. Einkenni málstolsins og aukaafleiðingar eru ólík fyrir hver og einn. Hvert ofanvert nefnt einkenni getur átt sér stað í sambandi við málstol, en *þarf ekki* að vera það.

## Meðhöndlun málstols

Margir sem þjáist af málstoli hafa einhvern tíma verið lagðir inn.

Innlagnir gerist oftast eftir heilaskaðinn hefur átt sér stað. Eftir útskrift af sjúkrahúsinu, þurfa margir sem þjáist af málstoli frekari meðhöndlun. Það

er ekki alltaf augljóst hvert þeir geta leitað hjálpar. Talaðu við lækinn sem meðhöndlar þig um möguleika þína á þínu svæði. Meðhöndlun málstols er nánast alltaf framfærð af talþjálfva. Yfirleitt allir sem þjáist af málstoli eru hæfir fyrir talþjálfun. Lengd meðhöndlunarinnar er í sambandi við t.d. bata málstolsins, og möguleika og reglna landsins sem þú býrð í.

## Samskiptaleiðbeiningar

Málstol breytir því hvernig manneskjan skilur eitthvað og tjáir sig. Með notkun samskiptamöguleika sem eftir eru, getur fólk ennþá átt samskipti við manneskju sem þjáist af málstoli. Sá sem þjáist af alvarlegu málstoli skilur oftast mikilvægustu orðin úr setningu. Hann eða hún skilja “lykilorð”.

Að skilja settningar með því að nota lykilorð, getur leitt til misskilnings, vegna samsettingar lykilorða og almenrar þekkingar. Stundum gerist það, að við höldum að við skiljum hvort annað vel. Seinna meir tökum við eftir því, að svo var ekki.

## Ef þú vilt segja eitthvað við einhvern með málstol

- Fyrst og fremst, taktu þér tíma. Sestu þægilega niður og náðu augnasambandi.
- Ef þú hvíðir fyrir samtalinu, segðu þá eitthvað einfald um þig og spurðu þá spurninga sem þú þegar veist svarið við.
- Talaðu hægt og í stuttum settningum, legðu áherslu á mikilvægustu orðin í settningunni.
- Skrifaðu niður mikilvægustu orðin. Endurtaktu skilaboðin og geftu sjúklinginum skrifuðu skilaboðin. Sjúklingurinn getur notað þau sem minnisatriði eða sem tæki fyrir samskipti.
- Hjálpaðu þeim sem þjáist af málstoli, þegar þau eiga í erfiðleikum með því að benda, látbragði, teikna eða skrifa. Leitið saman í orða- eða samskiptabók.

## **Ef einhver með málstol vill segja þér eitthvað**

Fyrst þarf það að vera ljóst um hvern er að ræða, hvað er að gerast eða gerst hefur og mögulega hvar eða hvenær atburðir eiga sér stað eða hafa átt sér stað. Það er mjög mikilvægt að þú spyrjir réttu spurninganna, sért hugmyndaríkur og haldir áfram á markvissan hátt. Reyndu alltaf að spyrja margþátta spurningar, þar sem þú gefur ólíka svarmöguleika.

## **Samskiptatæki**

Í mörgum löndum eru sérstakar myndabækur með orðum og teikningum. Með því að benda á orð eða teikningar er hægt að gera ljóst hvað maður meinar. Spurðu lækninn þinn eða talþjálfara hvort þesskonar samskiptatæki eru aðgengileg í þínu landi. Ef svo er ekki, geturðu búið tilsvoleiðis bók sjálfur. Í henni geturðu safnað myndum og orðum sem eru mikilvæg fyrir sjúklinginn. Á þann hátt getur umræða um atburði átt sér stað og hægt er að ræða um tilfinningar.

Þegar talað er við einhvern sem þjáist af málstoli, með því að nota myndabók, er hægt að leita saman að mikilvægum hugtökum. Hafðu pappír og penna við höndina. Þá geturðu skrifað niður mikilvægustu orðin úr samtalinu, svo að það verði auðveldara að fylgja eftir og muna innihald samtalsins.

## **Sjúklingar sigrast á**

Samtal við málstolssjúkling þarfnast mikils og þolinmæði. Þrátt fyrir fyrrnefnd tilmæli, getur verið að þið skiljið ekki hvort annað. Láttu umræðuna hvíla og reyndu aftur síðar, það mun líklega ganga betur þá.

## **Meiri upplýsingar**

Á vefsíðu Association International Aphasie (AIA) getur þú fundið meiri upplýsingar á ólíkum tungumálum um málstol.

[www.aphasia-international.com](http://www.aphasia-international.com). Hérna finnur þú einnig hlekki að málstolfélögum í ólíkum löndum sem gefa upplýsingar um málstol á eigin tungumáli.

Markmið þessara vefsíðu er að vekja athygli á málstoli og styðja grundun stuðningshópa svo að fólk sem þjáist af málstoli verði ekki einangrað í samfélaginu.