

Sammanfattning av YSDH's digitala erfarenhetsutbyte den 3 maj kl. 8.30-11.30 - Tema: Barn & ungdomar med tinnitus.

- **Introduktion/ inledning** av Malin Andersson- ordförande YSDH
Presentationsrunda- Vi var 16 deltagare från Skåne i söder till Norrbotten i norr.
- **Kurator Evelyn Kaiser berättar hur man jobbar i Dalarna** -Tidigare arbetade psykolog med barn- och ungdomar med tinnitus men numera är det kurator- Evelyn som möter de här barnen med föräldrar. Man ska vara medicinskt utredd innan man kommer till Pedagogiska hörselvården och i de fall det finns hörselnedsättning även kontakt med Hörcentralen.
Tidigt samtal är viktigt för att undvika ond cirkel av oro inom familjen.
Kunskap till föräldrarna så de kan stötta sina barn. Ungdomar och äldre barn kan oftast själva förstå informationen och lugnas av det.
Evelyn visar en bildkallelse som de använder till yngre under 12 år och utländsk härkomst om svenska språket inte räcker till.
Evelyn berättar om hur första besöket kan se ut. Ofta räcker ett besök men ibland blir det uppföljning efter ca 6 månader.
Det är viktigt med en ordentlig kartläggning och grund där man tittar på hela psykosociala situationen- hemma, i förskola/ skolan. Hur ser struktur och rutiner ut? De äldre barnen även samtal om stress, återhämtning, sömnhygien m m. Det kan finnas bakomliggande orsaker till exempel NPF, depression, föräldrars skilsmässa. Behövs remiss vidare till BUP eller annan instans, samarbete med skolan etc?
Information och ge kunskap om tinnitus
Lindring
Vad kan förebygga
Goda strategier och tips
Ge hopp!
Evelyn visar tips på olika avslappningsövningar, appen Resound tinnitus relief och bildmaterial för barn och ungdomar på engelska samt tips på länkar.
Evelyns material och länkar läggs på YSDH's hemsida samt mailas ut av Malin Andersson.
- **Reflexioner och diskussion:**
Lina Munkhammar Region Skåne berättar hur hon jobbar och visar lite arbetsmaterial. Där arbetar man mindre medicinskt och mer habiliterande eftersom man ska vara medicinskt färdigutredd innan man kommer dit.
Utgår från ICF-klassifikation. Visar kartläggningsverktyg och ett blad/ samtalsunderlag indelat i Besvärshuset, Huset idag och Drömhuset samt ett Skolbrev. Mailas ut av Malin Andersson
Lina pratar om vikten av att fånga upp oro och våga prata om det. Ljudkänslighet- kan det finnas något mer bakom det- t ex NPF, hjärntrötthet eller annat. Barn med enbart

Ljudkänslighet kommer inte till Lina på Hörselhabiliteringen. Hon påminner om att använda SIP.

Anna Segergren och Ulrike Olofsson (medsittande Hörselpedagog) i Region Kalmar berättar att de två alltid är med vid första besöket som är 90 minuter. De har tagit fram ett anamnesblad som kommer att mailas ut av Malin Andersson. De trycker på att grunden är viktig att lägga tid på, därav anamnesbladet, att hörseln är utredd och hörhjälpmidlen är aktuella samt att skärmtiden ska vara strikt schemalagd. Sömnsvårigheter är stora problem i samhället och kopplingen mellan mycket skärmtid och tinnitus och även sömnsvårigheter tros finnas. Om inte barnen har problem sin tinnitus ska de inte till dem.

Reflektioner/ frågeställningar/ synpunkter som kom upp:

Remisskriterier

Tinnitus kan upplevas som en sjukdom pga av vad man läser på t ex internet

Olika förutsättningar i landet både Regioner och kommuner

Olika lätt/ svårt att samverka med andra instanser

Balansen mellan att förstora upp det eller förminska tinnitus.

Hur göra för att inte somatisera?

När kliver vi in och när ska någon annan ta över

Många gånger är det föräldrarna som önskar behandling för sitt barn.

Lite dåligt med rutiner och flöden kring barn- och ungdomar- tydligare på vuxensidan.

Övriga tips:

App Safe Place- Rädda barnen

snorkel.se – Webbsida med information och strategier för barn och ungdomar med psykisk ohälsa. Finns även apparna Snorkel och Skills

- Maila gärna material och andra tips till Malin Andersson om kan maila ut till övriga deltagare på denna erfarenhetsförmiddag.