



Melanie Kirmess & Frank Becker
Sunnaas sykehus HF & Universitetet i Oslo

Intensive afasigrupper på Sunnaas: SunCIST- programmet

Sunnaas sykehus tilbyr et intensivt behandlingstilbud for afasirammede som kalles SunCIST-programmet. Dette er en sammensatt tittel av forkortelsen **Sun** for Sunnaas og **CIST** for constraint-induced språkterapi. Constraint-induced innebærer at man gir noen føringer eller begrensninger i behandlingen for å oppnå en effekt. Det vil si for å fremme bruk av muntlig tale anvendes det i CIST begrensninger av alternativ kommunikasjon som skrift, tegning og gester. Dette gjøres for eksempel ved å bruke [visuelle hinder](#) slik at det for eksempel ikke er mulig å se gester. Programmet er basert på internasjonale forskningsresultater som har vist at slik intensiv språktrening bedrer språkfunksjonen også i kronisk fase (Berthier & Pulvermüller, 2011).



CIST som metode ble tidligere omtalt i Afasipostens utgave 3 i 2011 (Kirmess, 2011). Formålet med SunCIST er først og fremst å bedre talespråkproduksjon, at personen kan si flere ord og at ordene kommer raskere. Som følge av treningsmetoden ser vi også ofte bedring av språkforståelse. Derimot omfatter SunCIST ingen trening av lesing eller skriving per i dag.

SunCIST ble gjennomført første gang i desember 2009, noe som ble omtalt i Afasiposten nr. 1 i 2010 (Becker 2010). Frem til nå har 17 grupper deltatt i dette behandlingsprogrammet.

Fra 2012 har SunCIST-programmet også vært en del av en forskningsstudie. I denne studien ønsker man å finne mer ut om hvilken effekt dette intensive gruppetilbud har for afasirammede etter et hjerneslag. Derfor stiller vi spørsmål som:

- Har SunCIST noe effekt, dvs. blir afasirammede bedre etter å ha deltatt?
- Hvem passer SunCIST for? Er det noen afasirammede som gjør bedre fremskritt enn andre med SunCIST? Hvis så, kan vi finne ut noe om hvorfor?
- Er det forskjell om man deltar på SunCIST få

måneder etter en skade eller mange år senere?

- Er det forskjell om man har en stor afasi eller mindre grad? Om man har tilleggsvansker som taleapraksi?
- Er det noen forskjeller i aktiviteten i hjernen?
- Hvordan går det over tid med afasirammede som har deltatt på SunCIST? Hvordan er språket et år etterpå? Gjør det noe forskjell for livskvaliteten for den afasirammede?

Studien er finansiert gjennom Afasiforbundet og forskningsmidler fra Extrastiftelsen Helse og Rehabilitering. Den gjennomføres i tverrfaglig team på Sunnaas sykehus HF. Forskningsarbeidet er foreløpig planlagt ut året 2015. Samtidig håper vi at den vil fortsette med nye delprosjekter over lang tid.

Et spørsmål vi får er om man må være med i forskningsstudien for å kunne delta på SunCIST. Svaret er nei. SunCIST er et behandlingsprogram for afasirammede som Sunnaas tilbyr. Når man deltar i en slik gruppe, vil man få informasjon om forskningsprosjektet. Deltakere kan da gi sitt samtykke om at vi som forskere på Sunnaas kan bruke resultater fra afasitester som alle gjennomfører for å fortelle andre fagpersoner om hvordan det går med deltakere i SunCIST. Det betyr at forskningsprosjektet ikke er et eget eller annerledes tilbud, heller at vi får lov til å dele vår erfaringer med andre. Samtykke betyr at den enkelte deltaker selv kan bestemme om man vil at ens testresultater brukes eller ikke, og man kan ombestemme seg når som helst. Når vi presenterer resultater for andre vil disse alltid være anonymiserte slik at ingen enkeltperson kan gjenkjennes. Ønsker man ikke å være med i forskningsprosjektet, har det derfor ingen konsekvenser for gruppeoppholdet. Samtidig oppfordrer vi alle til å tenke på å gi sitt samtykke,

fordi forskningen som denne gjør det mulig å videreutvikle afasirehabiliteringen. Slik forskning er grunnlaget for at SunCIST i det hele tatt eksisterer. Men det er en selvfølge for oss at alle pasienter får et like godt tilbud, uansett om de samtykker eller ikke.

Hvordan foregår SunCIST?

SunCIST er et gruppebasert tilbud hvor inntil 6 personer med afasi får intensiv språktrening i 3 uker. Hovedformålet med programmet er som sagt å bli bedre til å snakke. CIST-treningen består enkelt sagt av et kortspill med to til fire deltakere. Hensikten er å samle par fra en bunke kort med bilder av ord fra ulike kategorier. Det kan for eksempel være matvarer, personer, ting i huset, men også daglige aktiviteter og fritidsinteresser. De afasirammede oppfordres til kun å bruke muntlig tale for å formidle sitt budskap, ikke mimikk, kroppsspråk, tegning eller skrift. Dette betyr derimot ikke at "man må sitte på hende sine", men kan for eksempel bruke håndbevegelser til selvstimulering. Formålet er å si så fullstendige setninger som mulig innenfor en bestemt formuleringsmåte. Dette omfatter benevnning av enkeltord, utforme spørsmål, legge til egenskapsord og antall, si navn på medspillere, stille hjelpespørsmål, formulere svar og jobbe med setningsstruktur. For eksempel: "Frank, har du en kopp svart kaffe?" "Ja Melanie, jeg har en kopp med svart kaffe."

Logopeden som er med i gruppen vil hele tiden tilpasse vanskegraden til den enkelte afasirammede. Kortspillaktiviteten økes gradvis i kompleksitet etter hvert som deltakerne oppnår større ferdigheter. For at man skal komme nok til ordet, deles den store SunCISTgruppen av 6 personer i to språkgrupper av 3 afasirammede og en logoped. Dette gir også

Tema | Presentasjon av kurs og prosjekt

mulighet til å sette sammen personer i en gruppe som har omtrent samme grad av afasi. Selve språkgruppen jobber daglig i 2 til 3 timer. Ved første og siste dag vil alle deltakere gjennomføre noen afasi- og språktester for å kunne sammenligne om det skjer en forandring i løpet av de 3 ukene. Vi ser at ikke alle tester klarer å fange opp om en person snakker bedre på så kort tid. Derfor bruker vi flere kartleggingsformer og snakker om det som skjer også underveis i oppholdet.

Utover den direkte språktreningen deltar de afasirammede i forskjellige gruppeaktiviteter som del av SunCIST. Dette inkluderer for eksempel, lunsjgruppe, basseng, morgentur, sykkelspinning, sanggruppe, Nintendo Wii-spill, samt sykehusets aktuelle kveldsaktiviteter. Hensikten er å være i fysisk og generell aktivitet i løpet av dagen. Ulike aktiviteter skal også sikre at deltakerne blir godt kjent med hverandre og har anledning til å snakke

sammen i uformelle og naturlige situasjoner. Vårt ønske er at deltakende afasirammede får bruke språket sitt mest mulig under oppholdet, også rundt måltider og i kveldsstunder. Fordi vi vet at for å bli bedre til å snakke bør man snakke mye. Å prate mye betyr derimot ikke det samme som at alt man sier må være helt korrekt.

SunCIST omfatter mer enn 40 timer med strukturert språklige aktiviteter og 25 timer med tverrfaglige aktiviteter i løpet av 15 arbeidsdager. Programmet er dermed mer omfattende enn mange vanlige rehabiliteringstilbud for afasirammede i Norge. Noen deltakere opplever det som anstrengende og blir sliten på kveldene. I helgene er det mulighet for å dra på permisjon.

Det planlegges en oppfølgende kartlegging ett år etter deltakelse for å se hvordan det går med den

Et eksempel av en ukesplan kan se slik ut:

Uke 2	Mandag	Tirsdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
8.00	Morgenstell og frokost	Morgenstell og frokost	Morgenstell og frokost	Morgenstell og frokost	Morgenstell og frokost
9.00	9.15 Yoga	9.15-10.30 Språkgruppe 10.30 Sykling i fysiosalen	9.15 Morgentur	9.15-10.30 Språkgruppe	9.15-10.45 Språkgruppe
10.00	10.00-11.30 Språkgruppe		10.00-11.30 Språkgruppe		
10.30					
11.00					
11.30	Lunsj og hvil	Lunsj og hvil	Lunsj og hvil	Lunsj og hvil	11.00 Lunsjgruppe
12.00					
13.00	13.00 Språkgruppe	13.00 Språkgruppe	13.00 Basseng	13.00 Språkgruppe	Hvil
13.30			Tid til skift		13.30 -15.00 Språkgruppe
14.00					
14.30			14.30 Nitendo Wii	14.30 Sanggruppe	
15.00					
16.00	Middag	Middag	Middag	Middag	Middag
	Bueskyting - fysiosal	Quiz (selvstendig)	17.30 Musikkgruppe "Stemme kraft"	Aktivitet?	
19.30	Kveldsmat	Kveldsmat	Kveldsmat	Kveldsmat	Kveldsmat

afasirammede over tid.**Hvordan går det med deltakere så langt?**

Testresultater vi har så langt tyder på at de fleste personer med afasi oppnår bedre resultater på slutten av et opphold enn ved start. Ser man på gruppegjennomsnittet av alle deltakere er det fremgang på alle språktester vi gjennomfører. Vi har også beregnet at denne forandringen ikke bare er tilfeldig, men det som kalles statistisk signifikant. Derimot er det for den enkelte afasirammet viktigst at en selv gjør forbedringer på minst en av afasitestene. I tillegg spør vi alle deltakere om hvordan de synes det var å delta på SunCIST. Mange forteller at det har vært en skikkelig jobbperiode og at de opplever at de snakker noe bedre. Hos noen afasirammede forteller også pårørende at de synes det blir flere gode samtaler som følge av oppholdet. Det som vi synes er en fin bekreftelse på at SunCIST har noe for seg er at mange ønsker å komme tilbake på et tilsvarende opphold. Selv om SunCIST ser ut til å være et positivt bidrag i afasirehabilitering, er det ingen mirakelkur som passer for alle eller fører til at man snakker som før.

Hvordan kan en afasirammet søke om deltakelse på SunCIST?

Alle afasirammede kan henvises til Sunnaas og SunCIST-programmet av sin fastlege. Har man en nyere logopedrapport tilgjengelig, er det et ønsket vedlegg. Lege Frank Becker på Sunnaas ser gjennom henvisningen, og innkaller som regel til en poliklinisk samtale for å vurdere om programmet er egnet for den aktuelle pasienten. Dette foregår ofte som videokonferanse, hvor den afasirammede deltar fra sin hjemmekommune, gjerne med pårørende og/eller logoped til stede. Videokonferansen blir organisert fra Sunnaas sykehus. Den fungerer som oftest uten problemer

og vi får positive tilbakemeldinger på bruk av denne metoden. Vi har ingen begrensing på alder eller tid etter hjerneslaget for å kunne delta. Vi har derimot sett at den afasirammede bør kunne si noen ord selvstendig og kunne gjenta og benevne noen ord og fraser for at man skal ha noe glede og utbytte av SunCIST-programmet. Man bør også ha god nok forståelse til å vite hva man skal gjøre i språkgruppen. I tillegg ser vi at motivasjon for å jobbe flere timer om dagen sammen med andre er en av de viktigste faktorene for en vellykket deltakelse. På den andre siden er det noen afasirammede som lurer på om de er for gode til å delta. Dette kan være tilfelle, men CISTmetoden kan tilpasses mange vanskegrader og vi har hatt grupper som har jobbet på språklig høyt nivå med for eksempel bildesekvenser, preposisjoner og abstrakte begreper. Dette kan vurderes for den enkelte søkeren.

Når man har fått godkjent at SunCIST er et passende program for den afasirammede, vil man etter hvert få innkalling til selve gruppen. Gruppeopptak gjøres fortløpende etter henvisningsgrunnlag til pasientbehandling og kapasitet ved Sunnaas. Ventetiden varierer fordi det er viktig å sette sammen grupper med noenlunde lik språklig funksjonsnivå og fordi programmet ikke gjennomføres hele tiden (p.t. omtrent 3 grupper per halvår). Under gruppeoppholdet er det de afasirammede som står i fokus. Pårørende er velkommen til å ta kontakt for spørsmål og delta på fellesmøter første og siste dagen av oppholdet. Vi har også hatt logopeder på besøk når en av deres afasiklienter har deltatt. Ved slutten av hvert opphold sendes det en epikrise fra legen om oppholdet samt en logopedrapport. Logopedrapporten oppsummerer den enkeltes resultater fra oppholdet, hvordan man har jobbet i språkgruppen og der det er ønskelig forslag til

videre oppfølging.

For videre spørsmål om henvisning kan man se på denne nettsiden <http://www.sunnaas.no/pasient/behandlinger/Sider/hjerneskode-intensiv-spraktrening.aspx>

eller ta kontakt med Frank Becker: frank.becker@sunnaas.no.

For spørsmål om innholdet av SunCIST-programmet, ta kontakt med Melanie Kirmess, melanie.kirmess@sunnaas.no eller på mobil: 95 12 91 42.

Vi ber dere om å ikke sende sensitiv informasjon per e-post til oss (for eksempel navn på pasienten og helseopplysninger).

Referanser:

Becker, F. (2010). Intensiv språktrening på Sunnaas sykehus. *Afasiposten*, 21(1), 6-9.

Berthier, M. L., & Pulvermüller, F. (2011).

Neuroscience insight improve neurorehabilitation of post stroke aphasia. *Nat. Rev. Neurol.*, 7, 86-97. doi: 10.1038/nrneurol.2010.201

Kirmess, M. (2011). Bedring av talespråk ved bruk av constraint induced språkterapi (CIST). *Afasiposten*, 22(3), 7-12.

