

# Stroke

Lästips från sjukhusbiblioteket



**Sjukhusbiblioteken i Värmland  
2019**

## **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..”

## **Aneurysmdimma (2017)**

**Av Per Myrhill**

En självbiografisk berättelse i serieboksformat om hur tecknaren vid fyrtio år ålder plötsligt drabbas av en hjärnblödning, opereras och under två veckor försätts i koma. Under en lång och svår rehabilitering skriver och tecknar han ner sina erfarenheter.

## **Blunda och svälj : dikter om stroke (2015)**

**Av Maria Möller**

Dikterna handlar om hjälplöshet och hur det är att förlora kontrollen och kontakten med andra människor. Dikterna visar det mörkaste mörka men även det ljusa, lyckan att utvecklas och att acceptera en funktionsnedsättning.

## **Det gick en propp (2003)**

**Av Anita Jekander**

Mitt i livet fick författaren en propp i hjärnan. Hennes skador blev lindriga och livet kunde så småningom gå vidare. Nyss hemkommen från sjukhuset saknade hon en fakta- och tröstebok. Det är en bok att känna igen sig i, en bok för familj, vänner, arbetskamrater och vårdpersonal. Finns även som ljudbok.

## **En hjärnblödning med positiv utgång (2013)**

**Av Anna-Carin Ekelöf Bratthäll**

Plötsligt och utan förvarning fick Anna-Carin en stroke och hennes friska och hälsosamma liv hade i ett slag blivit förändrat. Några veckor senare tillstötte ytterligare en blödning och det blev en lång sjukhusvistelse med rehabilitering för att komma tillbaka till sitt gamla liv.

## **Ett spegelvänt exempel : självbiografi om kampen att överleva en stroke i tonåren (2014)**

**Av Jessica Thåström**

Författarens alias Linnea får p-piller, utan någon utredning om ärftlig proppbildning, och får en stroke när hon är 16 år. Boken visar att sjukvården och de andra aktörerna inte är rustade att ta hand om ett barn med stroke. Författaren beskriver öppet sina problem och ger en god insikt om hur viktigt det är med en fullgod rehabilitering.

## **Helt oväntat (2009)**

**Av Anita Nilsson**

Hur hämtar man sig från en hjärnblödning? Anita Nilsson berättar målande i romanform om när det oväntade drabbar henne. Om att få sig en smäll i självaste hjärnkontoret och plötsligt inte få ihop bokstäverna. Om oro. Om tacksamhet och om tro. Om att komma igen. Sakta återerövrar hon sina tidigare färdigheter. En ömsint skildring om framgångar och bakslag.

## **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.

## **Livet efter stroke (2006)**

**Av Lena Spanó**

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.

## **Mammas kamp mot Mr. Stroke (2014)**

**Av Git Örnros**

Det här är en berättelse om hur en stroke förändrar livet för fler än de som drabbas. Gits mamma fick en stroke och här får vi en dotters perspektiv. Boken riktar sig till alla, både till anhöriga och till de som arbetar inom vården. Det är kärleken till livet som är det som blir drivkraften när man drabbas av sjukdom.

## **Men jag då? Att förlora sig själv som anhörigvårdare (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 anhörigvårdarens. Den handlar om hur den ena parten blir anhörigvårdaren 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 stroke 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 (2018)**

**Socialstyrelsen**

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

## **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 strotetyper, 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 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.

## **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.

# På webben

## **Stroke – Riksförbundet**

<http://www.strokeforbundet.se>

## **Strokeföreningen Värmland**

<http://www.strokeforbundet.org/varmland>

## **Neuroförbundet**

Neuroförbundet (tidigare Neurologiskt Handikappades Riksförbund) är en intresseorganisation specialiserad på neurologi.

<https://neuro.se/>

## **Afasiförbundet**

Afasiförbundet organiserar personer med afasi och språkstörning samt anhöriga.

<https://www.afasi.se/afasiforbundet/>

## **1177.se**

Vårdguiden är en tjänst från Sveriges regioner.

[www.1177.se](http://www.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  
om du vill låna dessa böcker eller få ytterligare lästips:**

**Karlstad**

054-61 51 44

sjukhusbiblioteket.karlstad@regionvarmland.se

**Arvika**

0570-71 20 76

sjukhusbiblioteket.arvika@regionvarmland.se

**Torsby**

0560-474 05

sjukhusbiblioteket.torsby@regionvarmland.se

[www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek](http://www.regionvarmland.se/sjukhusbibliotek)