



## **1000 – inlärning**

En inskolningsmetod som ökar  
möjligheten för patienter med  
autismspektrumtillstånd, ADHD m fl  
att lättare klara av tandvårdsituationen.



# 1000 – inläring

är en inskolningsmetod som ökar möjligheten för patienter med neuropsykiatrisk diagnos att lättare klara av tandvårdsituationen. 1000-inläring, ”*de 1000 gångernas pedagogik*”, innebär att man avsätter längre behandlingstid och gör flera korta träningspass med många små pauser mellan varje pass. Man tränar varje moment flera gånger och gör träningspassen visuella och konkreta genom att använda visuell kommunikation i form av bildstöd som visar momenten och ordningsföljden i besöket. Träningspassen är individuellt anpassade och målet är att få patienten att känna sig delaktig, trygg och lyckad!

## Grundupplägg för inskolning

**PLANERINGSMÖTE** – på kliniken med förälder/assistent utan att patienten är med.

**FRÅGEFORMULÄR** – fylls i tillsammans med förälder/assistent under planeringsmötet.

**INDIVIDUELLT ANPASSAT** – sätt upp målen tillsammans med förälder/assistent.

**INDIVIDUELL PLAN** – gör upp behandlingsplanen efter planeringsmötet samt framställ det bildstöd som ni kommit överens om.

**BILDSTÖD** – gör träningspassen visuella och konkreta. Visa ett foto före varje moment.

**SAMARBETE** – med förälder/assistent är väldigt viktigt och värdefullt, de känner patienten bäst, bli ett team!

**BEHANDLINGSTID** – avsätt gott om tid, ca 1,5-2 timmar.

**STRUKTUR** – upprepa träningsmomenten gång på gång så exakt som möjligt och lägg till ett moment i taget. Varje behandlingspass skall vara så identiskt som möjligt.

**LUGN MILJÖ** – anpassa miljön i behandlingsrummet och ta bort störande detaljer, t ex färgglada leksaker, affischer m m. Försök ha en så avskalad miljö som möjligt.

**FLERA DELBESÖK** – träna i flera korta pass under samma dag och gör en liten paus mellan varje träningspass – ha också en längre paus inplanerad då kan patienten t ex leka, äta ett mellanmål eller vila. Var kvar i behandlingsrummet under de korta pauserna men lämna rummet under det längre uppehållet.

**AVSLUTA I TID** – försök känna av när patienten behöver en paus, ta hjälp av förälder/assistent för att förstå signalerna.

**BERÖM** – ofta och mycket, klappa händerna och säg *bra, duktig, fint*, under hela behandlingen.

**BELÖNA** – ge något som patienten verkligen uppskattar. Fråga förälder/assistent ofta köper de själva med en liten present som behandlaren överlämnar.

**AVSLUTNINGSFOTO** – visa en bild när behandlingen är klar för dagen, det kan t ex vara ett foto på familjens bil som visar patienten att det är dags att åka hem.

**ANTAL DELBESÖK** – vanligtvis blir det 5-7 träningspass per inskolningstillfälle och dag.

## *Första besöket*

Vid det första besöket, som är ett planeringsbesök, träffar vi förälder eller assistent utan att patienten är med.

Samtalet sker på tandkliniken och tar ca 20 minuter. Vi använder ett frågeformulär som stöd för samtalet (se sista sidan) för att få den information vi behöver för att lägga upp en inskolningsplan. Genom detta får vi mycket värdefull information om patienten och förälder/assistent får information om 1000-inläringen och om hur vi tänkt lägga upp träningen för just denna patient.



Vi trycker extra på att deras medverkan är jätteviktig och tar tack-samt emot synpunkter och tips. Det är de som känner patienten bäst och tillsammans blir vi teamet som ska få patienten att klara av tandvårdssituationen på bästa möjliga sätt.

Förälder/assistent vet nu var tandkliniken ligger och hur lokalerna ser ut, var man går in och var man kan parkera samt hur lång tid som är bokad. De har också träffat den person som skall behandla patienten. Förälder/assistent kan då känna sig lugn inför det första besöket vilket i sin tur avspeglar sig på patienten som också blir tryggare.

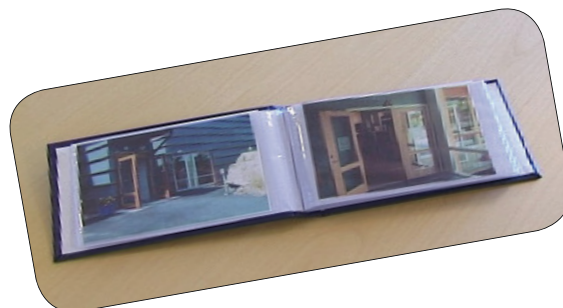


Efter samtalet med förälder/assistent görs den individuella planen. Har vi kommit överens om att göra ett bildstöd så sätts ett sådant samman och skickas hem. Ibland lägger vi till meningar eller enkla ord till fotona allt efter vad patienten kan klara av. Om patienten använder symboler skickas en tandborste med och ibland också en munspiegel som visar att patienten skall gå till tandkliniken.

## Visuell kommunikation/Bildstöd

Exempel på fotoalbum:

- **Kliniken** – utsida/insida.



- **Väntrum**



- **Personal** – vem skall patienten träffa?



- **Behandlingsrum/behandlingsstol**



- **Tandborste**



- **Munspegel**



- **Sond**



- **Putsmaskinen**



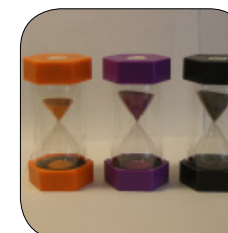
- **Pensel/fluorlack**



- **Pausfoto** – visar vad patienten kan göra i pausen t ex titta i en tidning eller lyssna på musik.



- **Tidshjälpmedel** - exempelvis en timer eller timglas.



- **Belöning efter behandlingen** – ett klistermärke, en leksak eller kanske en aktivitet. Det ska vara något som patienten verkligen uppskattar.



- **Avslutningsfoto** – visa ett foto som talar om att det är klart för idag t ex ett foto på familjens bil eller på en taxi.



## Behandling

Avsätt gott om tid för första besöket, ca 1,5 -2 timmar.

Träna i flera korta pass med pauser mellan passen. Gör ett längre uppehåll efter ungefär halva tiden. Patienten får då möjlighet att vila, äta ett mellanmål, leka, lyssna på musik eller ta en promenad. Var gärna kvar i behandlingsrummet under de korta pauserna men lämna rummet under det längre uppehållet.



Följ den individuella planen. Upprepa träningspassen så exakt som möjligt och lägg gradvis till ett moment i taget.

Det är förstås viktigt att försöka tänja och sträcka gränserna en aning men också att vara observant på patientens reaktioner och inte gå för fort fram.

Visa ett foto tillsammans med varje moment.



Försök känna av och ta en paus INNAN patienten tröttnar och blir orolig. Det är väldigt viktigt att patienten alltid känner sig duktig och har möjlighet att påverka behandlingen genom att ha egen kontroll.

Ha ögonkontakt med förälder/assistent under behandlingsomgången och ge varandra signaler om och hur behandlingen skall fortskrida.

Småprata inte utan var strukturerad, belöna och uppmuntra patienten under hela behandlingen. Klappa händerna och säg: *bra, duktig, fint!*



Visa något som gör att patienten förstår att behandlingen är klar för dagen. Det kan vara att släcka lampan eller att visa ett foto på t ex familjens bil, en taxi eller ett foto på skolan dit man skall åka efteråt.

BELÖNA - Det skall vara något som patienten verkligen uppskattar! Många gånger räcker det med de små leksaker som finns på kliniken, men ofta köper förälder/assistent något som de vet att patienten tycker om och känner sig duktig genom att få.

Det brukar ta mellan 2-5 inskolningsbesök innan en tandläkare kan undersöka patienten.



## **Praktisk tillämpning**

Så här kan 1000-inskolning gå till:

### **1:a delbesöket**

Börja ALLTID med att visa ett foto på en tandborste samtidigt med tandborsten, borsta sedan en kort stund och beröm, klappa händerna och säg: *bra, duktig, fint* och ta sen en kort paus.

### **2:a delbesöket**

Visa fotot på tandborsten och börja borsta igen, gå vidare med att visa foto på en munspegel samtidigt med munspegeln, spegla några tänder och beröm, klappa händerna och säg: *bra, duktig, fint* och ta en paus.

### **3:e delbesöket**

Visa fotot på tandborsten och börja borsta igen, gå vidare med att visa foto på munspegeln och spegla några tänder. Visa foto på en sond samtidigt med sonden, räkna några tänder och beröm, klappa händerna och säg: *bra, duktig, fint*.

Gör nu ett längre uppehåll och lämna behandlingsrummet medan patienten vilar, leker eller tar en fika. Visa ett foto på det ni kommit överens om att patienten skall göra under pausen innan du lämnar rummet.

Efter den längre pausen fortsätter ni genom att upprepa dessa delbesök så exakt som möjligt. Följ den individuella planen. Upprepa varje moment så exakt som möjligt vid alla delbesök och lägg gradvis till ett moment i taget.

Med mycket beröm och genom att veta vad som ska ske känner sig patienten trygg och delaktig i behandlingen och genom att förälder/assistent deltar aktivt blir resultatet oftast mycket gott.

## Frågeformulär

Namn.....

Födelsedatum.....

Föräldrar.....

Syskon.....

Assistent.....

Ledsagare till 1000-inskolning.....

Boende.....

Daglig verksamhet/aktiviteter.....

Diagnos/funktionsnedsättning.....

.....

Mediciner.....

Syn/hörsel.....

Ljud/ljus.....

Kommunikation - tal/tecken.....

Visuell kommunikation - foto/symboler .....

.....

Beröring/smak.....

Nutrition - äta/dricka/tugga/svälja.....

.....

Fixering/fobier.....

Tidigare erfarenheter i tandvården.....

Tandborstning.....

Narkos/premedicinering.....

Bästa sättet att förbereda.....

Intressen.....

Beröm/belöning.....

Avslutning - vad?.....

Något annat ni vill berätta/förklara.....

.....

För mer information kontakta Pia Dornérus  
E-post: [pia.dornerus@vgregion.se](mailto:pia.dornerus@vgregion.se)

Mun-H-Center, Ågrenska  
Box 2046, 436 02 Hovås, Sverige  
Tel: 031-750 92 00  
E-post: [mun-h-center@vgregion.se](mailto:mun-h-center@vgregion.se)  
Hemsida: [www.mun-h-center.se](http://www.mun-h-center.se)

