

FoUU-enheten

Psykiatri, habilitering och hjälpmedel

FoU-PM 1/2025

Dyskalkyli i vardagen

En intervjustudie om vardagslivet för personer med dyskalkyli

Verksamhet:	Skånes kompetenscentrum för elever med dyslexi och dyskalkyli (SKED) Habiliteringsmottagning barn och unga Psykiatri, habilitering och hjälpmedel, Region Skåne.
Projektansvarig chef:	Cecilia Sjöbeck, enhetschef
Projektets medarbetare:	Johanna Pansner, leg. logoped Johanna.pansner@skane.se
Stöd vid FoUU-enheten:	Stine Thorsted, fil dr, hälso- och sjukvårdsstrateg Kirstine.thorsted@skane.se
Projekttitel:	Dyskalkyli i vardagen
Syfte:	Syftet är att undersöka hur vuxna med dyskalkyli beskriver vardagens utmaningar samt vilka förslag de har på hur utmaningarna skulle kunna mildras med information, anpassningar och hjälpmedel.
Metod:	Strukturerade intervjuer med 13 personer
Output:	Underlag för kunskapspridning kring behoven kring stöd och kunskapspridning
Utgivning:	Januari 2025

1. Bakgrund

Skånes kompetenscentrum för elever med dyslexi och dyskalkyli (SKED) är en specialistenhet inom förvaltningen Psykiatri, habilitering och hjälpmedel i Region Skåne. SKED:s främsta uppgift är att sprida kunskap om diagnoserna dyslexi och dyskalkyli. Kunskapsspridningen sker genom att SKED anordnar föreläsningar gällande aktuella ämnen som rör diagnoserna, samt leder nätverk för olika yrkesgrupper som på olika sätt träffar personer med diagnoserna. Till SKED kan barn och ungdomar, vårdnadshavare och personal i skolan vända sig för att få svar på sina frågor och funderingar gällande diagnoserna. SKED kan även stötta familj och skola gällande anpassningar och delta i dialoger som rör skolgången. SKED träffar barn och skolungdomar upp till 18 års ålder, eller som går sista året på gymnasiet.

Dyskalkyli är synonymt med specifika räknsvårigheter och återfinns i diagnosmanualen Klassifikation av sjukdomar och hälsoproblem, ICD-10 (International classification of diseases-10). ICD-10 används inom hälso- och sjukvården för att sätta diagnoser i Sverige (Karlsson et al., 2023). Dyskalkyli beskrivs enligt följande i ICD-10:

”Avser en specifik försämring av matematiska färdigheter som inte kan skyllas på psykisk utvecklingsstörning eller bristfällig skolgång. Räknsvårigheterna innefattar bristande förmåga att behärska basala räknefärdigheter såsom addition, subtraktion, multiplikation och division snarare än de mer abstrakta matematiska färdigheter som krävs i algebra, trigonometri, geometri och komplexa beräkningar” (Socialstyrelsen, 2024).

Personer med dyskalkyli kan ha svårt att:

- jämföra vilket av två tal som är värt mest
 - placera ut tal i rätt ordning och med rätt avstånd på en tallinje
 - räkna med de fyra räknesätten (addition, subtraktion, multiplikation samt division)
 - automatisera multiplikationstabellen samt rabbelkunskap gällande veckodagar och månaderna
 - snabbt förstå, komma ihåg och tolka siffror
 - uppfatta antal och/eller mängd (snabbt se hur många prickar där finns på en tärning eller att kunna uppskatta hur många personer som står i kön framför dig)
 - orientera sig geografiskt
- (1177, 2024; Karlsson et al., 2023).

Svårigheterna kan också innebära att personer med dyskalkyli räknar långsamt, behöver räkna på fingrarna eller rita streck, har svårt att lära sig klockan, har svårt att veta hur lång tid saker tar samt har svårt att skilja mellan höger och vänster. Personer med dyskalkyli kan även visa upp osäkerhet gällande att hantera pengar och ekonomi samt att läsa kartor och tidtabeller (1177, 2024).

Dyskalkyli är en diagnos som har utretts inom Region Skåne sedan 2016 (Region Skåne, 2023). Detta medför att de ungdomar som blev diagnostiserade i äldre skolålder numera är vuxna. SKED ger stöd till elever i skolrelaterade frågor under grundskola och gymnasium. Flera av de ungdomar med dyskalkyli som SKED möter i rådgivning har funderingar kring ett vuxenliv med diagnosen. Kan man studera vidare till högre studier? Vilka svårigheter kan diagnosen dyskalkyli ge i vuxenlivet? Dessa funderingar står i fokus i föreliggande arbete. För att kunna svara på frågorna från ungdomarna, tillfrågas vuxna som har eller misstänker att de har diagnosen.

2. Syfte

Syftet är att undersöka hur vuxna med dyskalkyli beskriver vardagens utmaningar samt hur de skulle kunna bli mindre påtagliga med hjälp av information, anpassningar och hjälpmedel.

3. Metod

Metoden för arbetet är strukturerade intervjuer per telefon eller digitalt möte. Projektansvarig skickade ut ett informationsbrev (Bilaga 1) per mejl till de olika nätverk som SKED leder för att nå ut till potentiella deltagare. Informationsbrevet innehöll information om arbetet samt tillvägagångssätt för att anmäla sitt intresse. Deltagarna anmälde sig per mejl eller telefon och därefter bokades ett kortare telefonsamtal in för att ge information om arbetet även muntligt, ställa frågor samt för att bestämma tid för den längre telefonintervjun.

I studien ingick 13 personer. Av dessa hade sex personer både dyslexi och dyskalkyli, fyra personer enbart dyskalkyli, en person enbart dyslexi (och misstänkt dyskalkyli). Ytterligare två personer misstänkte att de hade dyskalkyli.

Frågorna i intervjun rör olika delar av vardagen (Bilaga 2) och omfattar 47 frågor. Svartalternativen är både slutna och öppna och det finns även skattningar. Deltagarna erbjöds möjlighet att se frågorna i förväg. Intervjuerna tog mellan 1 – 1,5 timmar att genomföra per deltagare. Intervjuaren antecknade under tiden intervjun pågick. Fritextsvaren sammanfattades och kategoriserades. Illustrerande resultat användes.

4. Resultat och avslutande diskussion

Nedan beskrivs resultaten utifrån beskrivningar av de behov som finns kring diagnosen dyskalkyli och dess påverkan i vardagen. Svaren representerar deltagarnas erfarenheter av diagnosen dyskalkyli.

4.1 Stöd och kunskap om diagnosen dyskalkyli

Många av deltagarna har kunskap gällande det basala inom diagnosen dyskalkyli men upplever ändå att det är svårt att veta vart man ska vända sig som vuxen för att få stöd och hjälp.

En deltagare säger: "Det är inte jag som får svar på mina frågor, det är jag som svarar på alla andras frågor". Flera deltagare nämner att de saknar en kontaktperson att vända sig till gällande sina frågor om dyskalkyli och att de istället själva får bidra och förmedla kunskap om sin diagnos till andra. I dagsläget vänder sig många till den utredande logopeden på logopedmottagningen eller till dyslexiförbundet.

Flera upplever att det är kunskapen om diagnosen som är avgörande för det stöd som ges. En deltagare säger: "Pedagogerna som har kunskap om diagnosen är hjälpsamma, de som inte har kunskap om diagnosen är inte lika hjälpsamma". En annan säger: "Tror inte att det är min kunskap som brister utan det är alla andras". Citaten speglar upplevelsen av omgivningens okunskap om diagnosen. Om kunskapen i samhället hade varit högre och mer utbredd hade personerna med dyskalkyli inte behövt förklara sig själva och sina svårigheter. Sammanfattningsvis finns det en frustration hos deltagarna och en uppfattning av att man själv får vara kunskapsbärare gällande diagnosen.

4.2 Vardaglig påverkan

På frågan "Hur skulle du uppskatta att din vardag påverkas av dyskalkyli?" på en skala där 1 är inte påverkad och 10 är fullständigt påverkad skattade flertalet av deltagarna svårigheterna mellan 5 och 8. De uppger att de aktivt har valt bort matematik och undviker räknande i sin vardag i största möjligaste mån. Många vittnar om att svårigheterna med dyskalkyli kan ge sig till känna vid flera olika tillfällen och att svårigheterna finns underliggande i flera moment i vardagen. Svårigheterna är relaterade till tid, ekonomi, orientering och förflyttning.

Många uppger svårigheter med klockan. Även svårigheter med tidsuppfattning uppges och att det är svårt att räkna ut hur lång tid man behöver för olika saker när man har en nedsatt känsla för tid. "Allt tar längre tid för mig och tiden är en bristvara" berättar en deltagare. Deltagarna anger även att det kan finnas svårigheter kring ekonomi och att detta är påfrestande. En av deltagarna lyfter riskerna med att inte förstå värdet av pengar. Detta utgör en större risk för att bli lurad samt att svårigheter med att kunna hantera sin ekonomi på lång sikt kan få stora konsekvenser, t. ex att hamna hos Kronofogden. Flera av deltagarna vittnar om att de har blivit lurade på pengar till följd av att de har utmaningar med att göra uträkningar och att kontrollräkna belopp. Några av deltagarna uppger att de inte hanterar pengar alls utan låter partnern göra detta. En deltagare berättar att hen inte kan tolka sin lönespecifikation. Flertalet av deltagarna uppger att de har stor respekt för pengar och är försiktiga med att handla till följd av att de inte är bekväma med att hantera pengar och har svårt att tolka pengars värde.

Så fort siffror dyker upp vittnar många av deltagarna om att de blir stressade och inte litar på den egna förmågan. Många både dubbelkollar och trippelkollar sina svar eller uträkningar och gör detta för att dölja sina svårigheter. En gemensam rädsla som deltagarna beskriver är rädslan över att göra fel till följd av sina svårigheter. En person beskriver att svårigheter relaterade till dyskalkyli kan dyka upp när som helst och att detta tar mycket energi: "Ska jag hantera siffror på jobbet, skriver jag alltid ner siffrorna direkt för att inte glömma". Flertalet av deltagarna vet inte vart man kan vända sig för att få hjälp och stöd gällande anpassningar i sitt arbetsliv.

Även fritiden påverkas. Många deltagare uppger att de tydligaste svårigheterna i vardagen gäller lokalsinne och att följa GPS, läsa tidtabeller och att läsa av klockan. Flertalet av deltagarna beskriver utmaningar med att resa kollektivt. Det upplevs som svårt att utläsa information om sin resa på tidtabellen, att hitta rätt tågspår samt att avläsa vilken sida av vägen bussen avgår från. Den stressigaste platsen beskriver många som flygplatsen. En av deltagarna beskriver att det värsta scenariot när man reser är när det blir oförutsedda byten. En tågresor som har planerats flera dagar i förväg och dubbelkollats av någon närstående och därefter plötsligt ändras till ett annat spår, kan skapa stress. Hen uppger även att en annan svårighet med att resa är att det ingår så mycket siffror. Det står siffror på dörrar, fordon, spårnummer och linjenummer. Tiden är ofta utsatt i digital tid och det är lätt att missta någon av dessa siffror i stressiga situationer. I stressen kan en trea lätt likna en åtta. Kollektivtrafik utomlands är också en utmaning. Likaså att hantera andra länders valuta och veta hur mycket olika saker kostar på resan beskriver många av deltagarna som en utmaning.

Vad gäller lokalsinne berättar flera att de inte vet åt vilket håll respektive väderstreck är och att det är svårt att veta hur lång tid det tar att köra en viss bestämd sträcka utskrivet i mil. Många upplever även svårigheter att följa en karta då de inte vet hur de ska utläsa kartan samt att det är svårt att följa en vägbeskrivning via GPS. Detta till följd av svårigheter med att uppskatta hur långt 50 meter är innan man ska svänga enligt beskrivningen.

För många är det en utmaning att översätta den analoga klockan till digital tid och att uppskatta hur lång tid olika aktiviteter tar respektive hur mycket man bör hinna på en viss tid. Klockan och siffrorna ställer också till svårigheter gällande att boka tider och det är lätt att det blir fel dag eller fel månad på en annan tid än vad som var bestämt. En person berättar att hen använder den digitala och den analoga klockan på olika sätt. Den analoga klockan visualiserar hur lång tid det har gått av dagen medan den digitala klockan används för att avläsa tiden. En annan deltagare berättar att om hen hör klockan 15 muntligt kan det lätt bli så att hen tror att det var klockan 17 som menades. Ytterligare en deltagare berättar att hen inte använder den analoga klockan alls: "den säger mig ingenting".

4.3 Strategier i vardagen

Deltagarna beskriver hur de löser svårigheterna med hjälp av olika hjälpmedel och strategier. Miniräknare är ett hjälpmedel som ofta används i vardagen. Flertalet av deltagarna använder autogiro vid betalning av räkningar, då man slipper skriva in OCR nummer. Flera av deltagarna har olika konton för att lättare se hur mycket där är kvar av lönen samt hur mycket pengar där är på respektive konto. Det underlättar för många deltagare att mycket numera är automatiserat, till exempel kassasystem som beräknar växel och liknade. Deltagarna har även tankar kring hur hjälpmedel kan utvecklas för att underlätta mer i vardagen. De önskar till exempel att miniräknaren vore mer visuell i uträkningar av bråketal, decimaltal samt räknasätt. Flera av deltagarna uppger en önskan kring att göra tidsangivelser mer visuella och auditiva. De tipsar till exempel om möjligheten att diktera alarm istället för att själv ange tiden. Anpassningarna som deltagarna hade önskat gällande vardagsekonomi är bildstöd, möjligheten att tala in siffror i bankappen, få mer undervisning om vardagsekonomi i skolan samt att diagnosen ger rätt till att ansöka om god man. Många av deltagarna vittnar om en ensamhet i sin diagnos och att informationen om vart man kan vända sig för att träffa andra med diagnosen är bristfällig.

Samtliga deltagarna har idag ett väl fungerande vardagsliv. De beskriver att ny-diagnostiserade personer kan behöva stöd för att tro på sig själv. Många av deltagarna berättar att de ställde upp på intervjun för att de vill att informationen om diagnosen dyskalkyli lyfts och sprids och att det då är viktigt att kunna hitta information som man känner igen sig i. Deltagarna vill stärka andra med dyskalkyli och har följande råd: "Var inte rädd för diagnosen", "Man är så mycket mer än sin diagnos!", "Du kommer behöva kämpa men det kommer att bli bra!", "Var nyfiken! Ställ frågor!", "Det är inte hela världen att ha diagnosen dyskalkyli, det kommer bli bra!"

Sammanfattningsvis finns en osäkerhet i vardagslivet vad gäller siffror och räknande men deltagarna beskriver också hur de har utvecklat strategier för att minska de negativa konsekvenserna av svårigheterna. De beskriver att de själva har kunskap om diagnosen men efterlyser kunskapsspridning om diagnosen i samhället.

4.4 Fortsatt arbete

Deltagarnas svar kommer att ligga till grund för det arbete som SKED bedriver gentemot barn och ungdomar med diagnosen dyskalkyli. SKED kommer att:

- ge riktad information i föreläsningsarbete om hur det är att bli vuxen med diagnosen – något som stärker arbetet med personcentrad vård där viktiga aspekter av livsfaser belyses.
- ge de barn och ungdomar som SKED möter svar på deras frågor och funderingar gällande hur det är att bli vuxen med diagnosen dyskalkyli.

- se över möjligheten till rätten för förskrivning av kognitiva hjälpmedel för personer med dyskalkyli.
- uppmuntra brukarföreningen Dyslexiförbundet att skapa ett nätverk för vuxna personer med dyskalkyli för att sprida kunskap om diagnosen samt för att skapa en plats för deltagarna i nätverket att dela erfarenheter.

5 Slutsatser

Deltagarna beskriver ett önskemål om att kunskapen om dyskalkyli ska öka. De beskriver behov av stöd inom en rad olika områden. SKED kan bidra till att öka kunskapen om diagnosen genom att sprida kunskap om dyskalkyli, lyfta frågan om hjälpmedelsbehov och arbeta med samordning av frågorna utifrån personens behov. Undersökningen har lett till att SKED fortsatt kan bidra till att utveckla kompetensen inom området dyskalkyli utifrån målgruppens behov.

Referenser

Region Skåne. (2023) *Regional riktlinje för utredning av räkningsvårigheter, dyskalkyliutredning*. Vårdgivare Skåne. [Regional riktlinje för utredning av räkningsvårigheter, dyskalkyliutredning](#)

1177. (6 december 2024). *Dyskalkyli – att ha svårt att räkna*. [Dyskalkyli - 1177](#)

Karlsson, I., Selerup Andersson, C., Olsson, E., Östergren, M. (2023). *Dyskalkyli – Definition, diagnos och intervention* (1 uppl.). Studentlitteratur.

Socialstyrelsen. (2024) *ICD-10-SE Del 1 – Internationell statistisk klassifikation av sjukdomar och relaterade hälsoproblem – Systematisk förteckning – Svensk version 2024 – Del 1 (3)* (Artikelnummer: 2024-1-8882)
[Internationell statistisk klassifikation av sjukdomar och relaterade hälsoproblem – Del 1](#)

Bilagor

Bilaga 1 – Informationsbrev gällande arbetet

Skånes kompetenscentrum för elever med dyslexi och dyskalkyli (SKED) inom Region Skåne genomför för närvarande ett utvecklingsrelaterat arbete gällande behov av hjälpmedel och anpassningar för personer med dyskalkyli. Syftet är att kartlägga svårigheter i vardagen samt behov och eventuell användning av hjälpmedel/anpassningar i vardagen kopplat till diagnosen dyskalkyli. Förhoppningen med arbetet är att kartlägga vardagliga svårigheter men också öka möjligheten till förskrivning av hjälpmedel vid dyskalkyli. Arbetet genomförs som ett led i att utveckla och förbättra insatserna till personer med dyskalkyli med stöd av FoUU.

Vill du delta i en telefonintervju?

Jag vänder mig till dig som är över 18 år, är diagnosticerad med dyskalkyli och som vill delta i en strukturerad telefonintervju. Intervjun kommer att handla om hur du upplever din vardag kopplat till diagnosen dyskalkyli och hur hjälpmedel/anpassningar kan underlätta din vardag.

Är du intresserad av att delta kan du kontakta logoped Johanna Pansner på SKED för att bestämma en tid för telefonintervju.

Hur studien går till?

Jag har skapat intervjufrågor som bygger på olika delar i vardagen. Det jag ber dig om att göra är att svara på dessa frågor utifrån diagnosen dyskalkyli per telefon. Resultaten kommer att analyseras och sammanställas i en skriftlig rapport.

Anonymitet

Genom att delta i studien samtycker du till att dina svar används för att ta fram förslag på vilka hjälpmedel som kan ge stöd i vardagen till personer med dyskalkyli. Det innebär även att det inte går att ta bort dina uppgifter från studien i efterhand. Alla dina uppgifter hanteras konfidentiellt. Alla uppgifter som analyseras inom ramen för arbetet avidentifieras. Inga personuppgifter lagras. Det kommer inte att gå att identifiera dig eller dina svar i någon rapportering från arbetet.

Frivillighet

Det är helt frivilligt att delta och du kan avsluta ditt deltagande när du vill utan att ange någon anledning.

Hör gärna av dig till Johanna Pansner om du har några frågor!

Med vänliga hälsningar

Kirstine Thorsted

(projektansvarig vid FoUU-enheten)

Kirstine.Thorsted@skane.se

Johanna Pansner

(logoped, projektansvarig vid SKED)

Johanna.pansner@skane.se

Cecilia Sjöbeck

(specialpedagog och enhetschef, projektansvarig vid SKED)

Cecilia.sjobeck@skane.se

Bilaga 2 - Telefonintervjufrågor - Dyskalkyli och vardagen

På en skala 1 till 10, där 1 är inte påverkad och 10 är fullständigt påverkad, hur skulle du uppskatta att din vardag påverkas av dyskalkyli?

När fick du diagnosen?

När började du själv märka av svårigheterna?

Känner du att du har tillräcklig kunskap om diagnosen?

Hur har du tillägnat dig kunskap om diagnosen?

Till vem/vart har du vänt dig för att få kunskap och information om diagnosen?

Har du funnit någon information om vilken hjälp du kan få i din vardag gällande dyskalkyli?

Saknar du någon att ställa frågor till gällande dyskalkyli?

Vet du vart du kan vända dig för att få stöd gällande dyskalkyli?

Vad hade du varit hjälpt av i din vardag gällande dyskalkyli? (anpassningar/hjälpmedel)

Märker du av din dyskalkyli...?

Märker du av dyskalkylin vid skolarbete?

När märks dyskalkylin vid skolarbete (vid stress? Nya räknesätt? Tid på dygnet?)?

Hur märks dyskalkylin vid skolarbete (Hur känns det? Vad händer i kroppen?)?

Vad gör du när du märker av din dyskalkyli vid skolarbete (strategi, tillvägagångssätt)?

Använder du några hjälpmedel (t. ex appar – vilka? Miniräknare? Lathund?) vid skolarbete?

Enbart ämnet matematik?

Vilka anpassningar är/har varit till hjälp för dig i skolan och vid hemuppgifter?

Märker du av dyskalkylin vid ditt arbete?

När märker du av dyskalkylin under din arbetsdag (I vilka situationer)?

Hur märks din dyskalkyli under din arbetsdag?

Har du några hjälpmedel gällande dyskalkyli på ditt arbete (tidshjälpmedel, miniräknare, lathund)?

Vet du vart du kan vända dig för att få stöd i ditt arbetsliv gällande dyskalkyli?

Om ja, vart?

Märker du av din dyskalkyli i förhållande till vardagsekonomi?

Känner du dig osäker på pengars värde?

Ja

Nej

Om ja, beskriv svårigheten/osäkerheten:

Känner du dig bekväm med att hantera pengar i butik/på nätet?

Ja

Nej

Om nej, beskriv svårigheten/osäkerheten:

Vilken strategi använder du för att hantera pengar (butik, nätet och betala räkningar)?

Känner du dig osäker när du går och shoppar/handlar mat?

Vilken typ av anpassningar hade underlättat för dig gällande hantering av ekonomi?

Märker du dyskalkylin när du reser med kollektivtrafik eller flyg?

Upplever du några svårigheter att resa med kollektivtrafik (läsa tabeller, hitta hållplatser/gate)?

Ja

Nej

Om ja, beskriv svårigheterna:

Upplever du svårigheter att hitta i din närmiljö och/eller i nya miljöer?

Ja

Nej

Om ja, beskriv svårigheterna:

Har du några strategier för att underlätta resande?

Märker du av din dyskalkyli när du genomför din fritidsaktivitet/umgås med vänner?

Om ja, beskriv svårigheterna

Hur hade de upplevde svårigheterna kunnat underlättas?

Har du svårt att passa tider i din vardag?

Ja

Nej

Om ja, beskriv svårigheterna samt hur de hade kunnat förhindras:

Hur är det att följa recept? (enhetsomvandlingar)

Har du någon klocka/app som du använder?

För att sammanfatta vilka svårigheter upplever du i din vardag till följd av diagnosen dyskalkyli?

Vilka egna strategier har du utvecklat för att gå runt de svårigheter du möter i din vardag?

Vad skulle du vilja berätta för en person som nyligen har fått diagnosen dyskalkyli?

Vad är ditt bästa tips i vardagen