

## **Spektrum Sansedynen™**



## **Introduktion til Spektrum Sansedynen™**

Mange mennesker med fysiske- og/eller psykiske problematikker oplever søvnbesvær. Det kan være vanskeligt at falde i søvn og ligeledes undgå opvågninger i løbet af natten. Søvnproblemer kan give mere eller mindre alvorlige følger over kortere eller længere tid.

Spektrum Sansedynen™ kan have gavnlig effekt til alle personer, som har søvnproblemer og generelt oplever vanskeligheder i forbindelse med at finde ro og afspænding.

Spektrum Sansedynen™ forebygger søvnbesvær. Dynen er designet således, at den lægger sig tungt og tæt om personen og afgrænser kroppen, hvilket øger kropsbevidstheden. Dette vil for mange virke beroligende på muskel- og ledsans og dermed facilitere indsovning. Den omsluttende og tryghedsskabende effekt, som dynen har, giver en bedre og roligere søvn.

Nogle mennesker oplever problemer i forbindelse med at sanse og med at integrere det sansede fra udefrakommende stimuli. For eksempel kan berøringssansen være påvirket, hvilket kan give udfordringer med registrering af tryk, kulde, varme, smerte og struktur. Den proprioceptive sans er muskel- og ledsansen, som registrerer bevægelser, muskelkraft, kropsstilling og kroppens placering i rummet. Mennesker med nedsat proprioceptiv sans kan have nedsat kropsopfattelse, kropsbevidsthed og nedsat rum- og retningsfornemmelse.

Ved sanseintegrationsproblematikker bearbejder eller organiserer hjernen ikke de mange sanseimpulser. Personen får derfor ikke en præcis information om ham selv eller den verden der omgiver ham. Dette kan bl.a. gøre personen forvirret, irriteret, ukoncentreret og i nogle tilfælde hyperaktiv, hvis alle sanseindtryk registreres lige meget uden filtrering.

Sanseintegrations-problematikker kan komme til udtryk ved oversensitivitet overfor uventet berøring eller overreaktion overfor ustabile berøringsflader. For mange sanseimpulser på én gang kan for personen virke ubehageligt, utrygt og alarmerende. Hjernen kommer på overarbejde og roen og følelsen af tryghed kan være svær at etablere.

Spektrum Sansedynen™ giver beroligende stimuli i form af et fast og forudsigeligt tryk på hele kroppen. Ligeledes giver sansedynen inhiberende taktile stimuli med en fast og ensartet berøring. Dynen er fremstillet i 100% bomuld, der gør den åndbar og sikrer en neutral temperatur, hvilket ligeledes virker inhiberende. Personen skærmes fra pludselige og uventede sansestimuli, som kan forstyrre søvnen. Spektrum Sansedynen™ faciliterer til lav arousal (vågenhedsniveau) og hjælper personen med at finde ro – fysisk såvel som psykisk.

Ydermere er Spektrum Sansedynen™ også visuelt inhiberende, da dynen er produceret i en mørk blå farve, der faciliterer parasympatisk reaktion i det autonome nervesystem. Den blå farve skulle angiveligt, i modsætning til f.eks. den gule farve,

medvirke til muskelafspænding, dybere respiration og sænkning af puls og hjerteaktion.

### **Anvendelse:**

Spektrum Sansedynen™ skal tilpasses brugerens størrelse og alder. Som tommelfingerregel bør dynen veje 10% af brugerens kropsvægt. Mange profiterer dog af en tungere dyne, hvilket kan være en god idé. Dynen må dog aldrig blive så tung, at brugeren ikke kan bevæge sig eller at dynen hæmmer vejrtrækningen.

Dynen må ikke anvendes uden opsyn til personer under 2 år eller personer med manglende motoriske færdigheder i lemmer.

Skulle dynen blive beskadiget bør det sikres, at fyldet ikke kommer ud af vægtelementerne. Hvis dette er tilfældet, skal vægtposen udskiftes, således at risikoen for, at børn kommer i kontakt med fyldet undgås.

### **Fleksibel opbygning:**

Spektrum Sansedynen™ fås i flere vægtklasser fordelt på henholdsvis 150 cm. eller 200 cm. Den er konstrueret således, at den samles af enkeltsektioner, hvilket gør at den kan tilpasses i både vægt og længde efter behov. Der kan tilkøbes ekstra sektioner for ekstra længde og ekstra kugleposer for øget tyngde. Dynen består af et system af dynebolster, der ved hjælp af velcrobånd i siden af hvert modul kan opbygges i følgende størrelser: babystørrelse (ét modul), juniorstørrelse (tre moduler) og voksenstørrelse (fire moduler). Dynebolsterne er fremstillet af kraftig bomuld og er forsynet med lommer til indlæggelse af vægtposer. Vægtposerne er syet i tynd bomuld med fyld af små kugler og plasticgranulat. Spektrum Sansedynen™ er godkendt som medicinsk udstyr og dermed fremstillet i 100 % giftfri materialer.

Aftages en enkelt eller to sektioner fra dynen, kan denne/disse lægges over benene og bruges som et beroligende tæppe i den opretsiddende stilling.

## Illustrerende billeder af Spektrum Sansedynen™:



*Baby størrelse, Modul 22.*



*Junior størrelse*  
3 moduler

Modul 22

Modul 20

Modul 22



*Voksen størrelse.*

4 moduler

Modul 22

Modul 20

Modul 20

Modul 22



### **Lomme med vægtelement.**

Lommen lukkes med velcro lukning.



### **Vægtelement.**

Vægtelementet er forsynet med Velcro bånd i top og bund til fastgørelse i top og bund i lommen, således vægtelementet ikke forskubbes under brug.

Vejledende vægtbehov i forhold til kropsvægt ved brug af Spektrum Sansedynen™	
<b>Kropsvægt</b>	<b>Dynevægt</b>
22-34 kg.	3,3 kg.
34-45 kg.	4,5 kg.
45-53 kg.	5,25 kg.
53-60 kg.	6 kg.
60-70 kg.	7 kg.
70-75 kg.	7,5 kg.
75-80 kg.	8 kg.
> 80 kg.	10 kg.

**Vaskeanvisning:**

Dynen er fremstillet i 100% bomuld og kan vaskes i en almindelig vaskemaskine ved op til 60 grader.

**Dansk kvalitet:**

Spektrum Sansedynen™ bliver syet i Danmark af voksne med Autisme Spektrum Forstyrrelser. Dette er med til at give livsglæde, fællesskab og arbejdsidentitet for disse mennesker.

**Garanti:**

Fabrikantens garanti omfatter fremstilling og materialer af det leverede udstyr. Garantien er gældende, når udstyret anvendes som beskrevet i denne brugsvejledning, og til det formål hvorunder udstyret er leveret.

Garantien omfatter udbedring af fejl og mangler på det leverede udstyr og ikke eventuelle følgevirkninger forårsaget af disse. Alle reparationer og udskiftninger af komponenter i garantiperioden må ikke foretages uden forudgående tilladelse og godkendelse af fabrikanten.

Garantiperioden er efter gældende lovgivning.

**Kontaktoplysninger:**

Peter K. H. Nielsen  
Adm. direktør  
[pkn@spektrumshop.dk](mailto:pkn@spektrumshop.dk)

SpektrumShop ApS  
Jegstrupvej 4B  
DK-7800 Skive  
Mobil: +45 2289 0800  
[info@spektrumshop.dk](mailto:info@spektrumshop.dk)  
[www.spektrumshop.dk](http://www.spektrumshop.dk)