

# Slutrappport från Civilsamhället



Testad produkt/tjänst:  
inmuRELAX

# Slutrappport

- Slutrappporten syftar till att ge en överblick av resultatet av genomfört test
- Slutrappporten fylls i med stöd av testledare och/eller AllAgeHub.
- Rapporten kan spridas av deltagare i testet.
- AllAgeHub kan publicera slutrappporten på sin hemsida.
- Rapporten kan spridas externt till företaget som tillhandahåller produkten/tjänsten samt andra intressenter.

## Bakgrund

### Testare

#### **Vem/vilka har testat produkten/tjänsten?**

- Kvinna med medfödd cp-skada som påverkar rörlighet i halva kroppen. Fick epilepsi i vuxen ålder, medicinerar och är anfallsfri sedan många år. Trots att epilepsin är väl kontrollerad finns alltid en oro för nya anfall.

Upplevde en traumatisk händelse i barndomen som har påverkat psykiskt mående hela livet. Har komplicerad familjesituation där hon tagit stort ansvar i många år.

Familjesituation, trauma och epilepsi skapar stor stress i vardagen. Får spänningshuvudvärk och ibland migrän. Situationen gör att kvinnan har svårt att koppla av samt har sömnsvårigheter.

Allt sammantaget gör att det blir svårt att hantera ett arbete. Arbetar som volontär några timmar i veckan.

#### **Hur många personer har testat produkten/tjänsten?**

- En person

### Identifierade behov

#### **Beskriv de behov som ligger till grund för testet.**

- Behov av en lösning som kan hjälpa att slappna av och sova bättre på nätterna.

### Produkt/tjänst som har testats

- Inmu RELAX - en kudde med lugn musik och vibrationer för sensorisk sinnesstimulering <https://www.goesart.com/produkter-och-tjanster/#avkoppling>

<b>Produkt/tjänst</b> Namnge lösningen	<b>Företag</b> Namnge företaget som tillhandahåller produkten/lösningen	<b>Hur valdes lösningen ut?</b> Beskriv hur lösningen valdes ut, exempelvis via AllAgeHub, egen kontakt med företag.	<b>Eventuell kostnad</b> Kostar produkten/tjänsten något under testperioden?
inmuRELAX	GoesArt AB	Lösningen valdes efter en informationsträff med tema välfärdsteknik	Företaget lånade ut produkten utan kostnad

### Var och hur länge genomfördes testet

#### **I vilka miljöer/sammanhang genomfördes testet?**

- inmuRELAX har testats i personens hem vid behov när hon känt sig stressad och spänd.

#### **När genomfördes testet?**

- Testet har genomförts under 3 veckor i februari 2023.

## Resultat av test

Mål med testet	Hur har testet utvärderats? Beskriv hur utvärderingen har gått till och när du/ni har utvärderat.	Har målet/målen uppnåtts? Beskriv resultatet
Jag kan slappna av och stressa ner med hjälp av kudden	<p>Fyllt i ett formulär varje dag då kudden använts. I formuläret angavs upplevelsen av att använda kudden med en skala i 6 steg, från mycket bra – mycket dåligt.</p> <p>Vid varje tillfälle skrevs en kommentar om när på dygnet kudden har använts och om målen uppnåtts.</p> <p>En gång i veckan svarat på frågan om produkten har varit lätt att använda och förstå med hjälp av 6-gradiga skala, mycket lätt – mycket svårt.</p> <p>Utvärderingssamtal med testledare vid testets slut.</p>	<p>Personen har använt kudden vid behov. Två av veckorna fyra dagar och en vecka sex dagar. Kudden har främst använts på kvällen för att varva ner och under natten för att kunna slappna av och sova.</p> <p>Vid varje tillfälle som kudden har använts anger X att den har hjälpt henne att sänka stress och slappna av.</p> <p>X tycker att kudden har varit lätt att förstå och hantera.</p>
Jag kan sova bättre med hjälp av kudden	Som ovan	När kudden har använts uppges sömnen har blivit bättre. Några nätter har X sovit hela natten vilket är ovanligt.
		Se övriga resultat och reflektioner på nästa sida.

## Reflektioner efter genomfört test

### **Vad har fungerat bra under testet?**

- Kudden är mycket enkel att förstå och använda. Det enda som krävs är att kuddens batteri är laddat. När stress och spänningar uppstår är det bara att plocka upp kudden och lägga den mot kroppen. Enkelheten gör att kudden blir använd.

### **Har du/ni stött på några hinder under testet?**

- Inga hinder

### **Övriga reflektioner under testperioden. Tips till andra som använder lösningen.**

- X uppger att inmuRELAX har fungerat mycket bra för att uppnå målen med testet och vill gärna rekommendera den till andra som har liknande problematik. Hon hade gärna velat behålla kudden och önskar att den fanns att få som förskrivet hjälpmedel.
- Tidigare har X använt telefon eller ipad med lugnande musik för att slappna av. Det har också fungerat bra men samtidigt finns en oro för att skärmen ska utlösa epilepsianfall. Kudden känns tryggare.