

Så var pandemin för vuxna med intellektuell funktionsnedsättning (IF)

År 2020 började viruset corona sprida sig i Kina.
Massor av människor blev smittade och sjuka.
Viruset spred sig snabbt till andra länder.
Det blev en pandemi i hela världen.

Alla fick hjälpa till att försöka stoppa smittan.
Vi skulle tvätta händerna ofta
och inte träffa många människor.

Nu har forskare undersökt hur tiden med corona har varit
för personer med intellektuella funktionsnedsättningar, IF.
Forskarna pratade med vuxna som själva har IF.
Personal och familjer fick svara på en enkät.

Pandemin har varit en jobbig tid för många.
De har inte kunnat träffa sin familj och vänner.
De har mest varit hemma på dagarna.

Pandemin har på många sätt varit värre
för personer med IF än för andra människor.
De hade större risk att bli allvarligt sjuka
och måste vara extra försiktiga.

Många blev nästan instängda i sina hem
och en del fick inte veta varför.

Forskningen visar att det var stor skillnad
på olika platser i Sverige.
Vissa dagliga verksamheter stängde helt.
Vissa hade öppet nästan som vanligt.
Vissa lät folk jobba hemma.

Det fanns inga tydliga regler eller råd
som gällde personer med IF i hela landet.
Men för många med IF var det fler förbud
än för andra människor i Sverige.
Vissa fick inte ens ha besök i sitt eget hem.

Forskningen visar att många har mått dåligt.
De har känt sig ledsna, oroliga och ensamma.
En del har blivit mer arga.

En del har haft svårt att sova.

Många har rört sig mindre och kan få problem av det.
De har inte kunnat träna som vanligt
på gym eller simhall till exempel.

För den som har svårt att prata med ord
blir det extra jobbigt att inte få kramar
eller prata med händerna.

Några säger att det varit skönt att vara hemma mycket.
De har sluppit stressen av att vara bland folk.

Men de flesta har saknat sina vänner, familj och kollegor.
De längtar efter att resa, gå ut och dansa
och bara leva som vanligt.

Forskarna skriver att det är dåligt att Sverige
inte tänkt mer på hur personer med IF haft det under pandemin.
Personer med IF behöver ofta mycket stöd och hjälp.
De måste få det även när det är kris i landet.

Det finns mycket som kan bli bättre
om något liknande händer igen.
Till exempel måste det snabbare
komma information som alla kan förstå.

Det är också viktigt att fortsätta undersöka
hur personer med IF mår efter pandemin.
Det kan vara svårt att komma tillbaka till vardagen
efter en så annorlunda tid som pandemin har varit.

Forskarna säger tack till alla
som varit med i undersökningen!