



Universitair Medisch Centrum Groningen

SAB en neurorevalidatie

Marleen Schönherr, revalidatiearts

Centrum voor Revalidatie UMC Groningen

02-11-2016





Verder na hersenletsel ...





Revalidatie na SAB: hoe werkt dat?

U krijgt antwoord op:

1. Wat doet de revalidatiearts in het ziekenhuis?
2. Hoe kun je na een hersenbloeding herstellen?
3. Kun je je geheugen en vermoeidheid trainen?
4. Is revalidatie 2 jaar na hersenbloeding zinvol?



Marianne 41 jaar

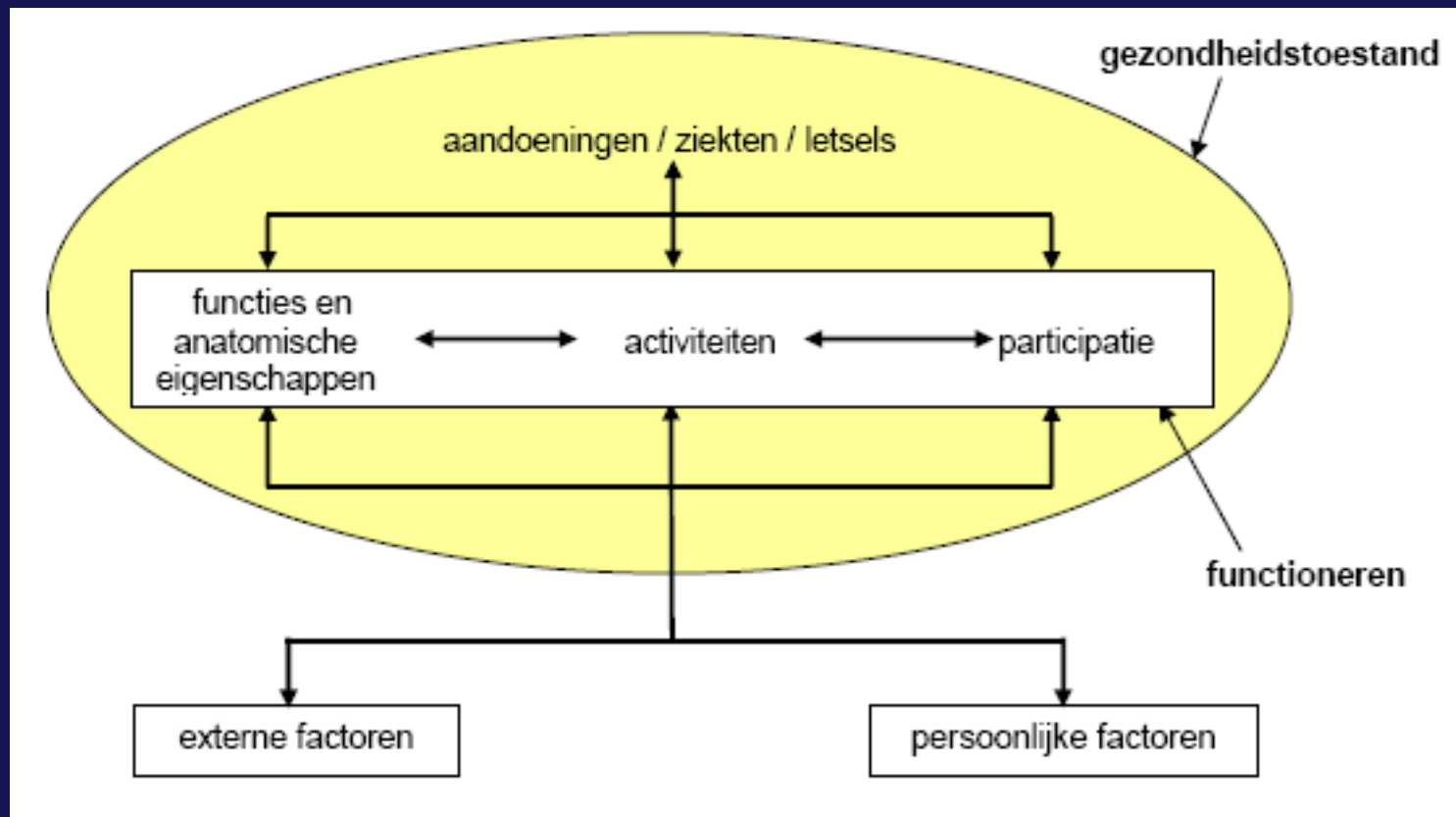
- Buiten bewustzijn
- Subarachnoïdale bloeding

Wat doet revalidatiearts in het ziekenhuis?



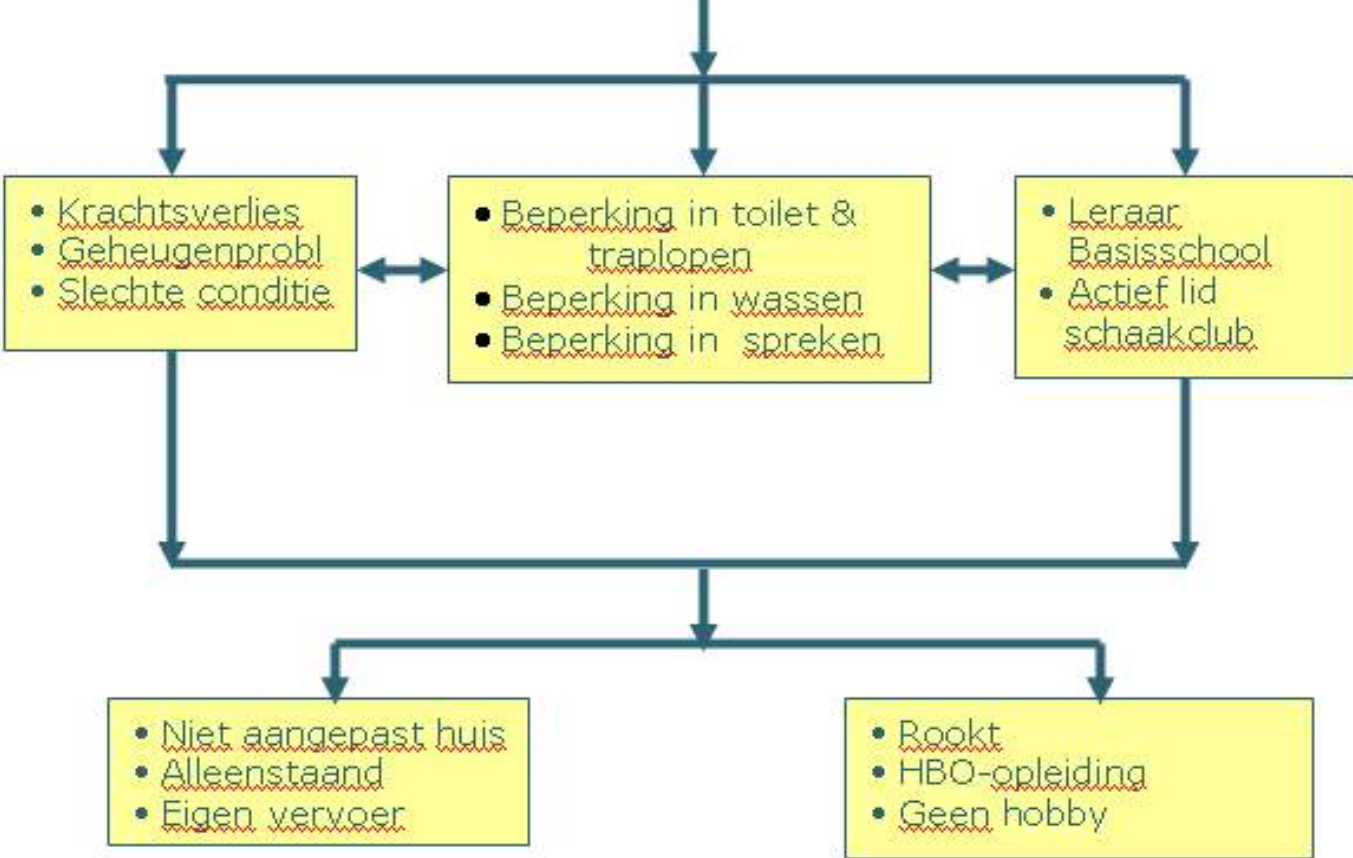


Internationale classificatie van functioneren





Subarachnoidale bloeding





Vroege revalidatie en bepalen zorgpad

Revalidatiearts en behandelteam waarderen ernst en samenhang van problemen na hersenbloeding

Verbinden hieraan conclusies voor (vervolg) behandeling en ontslagbestemming



Lichte
beperkingen

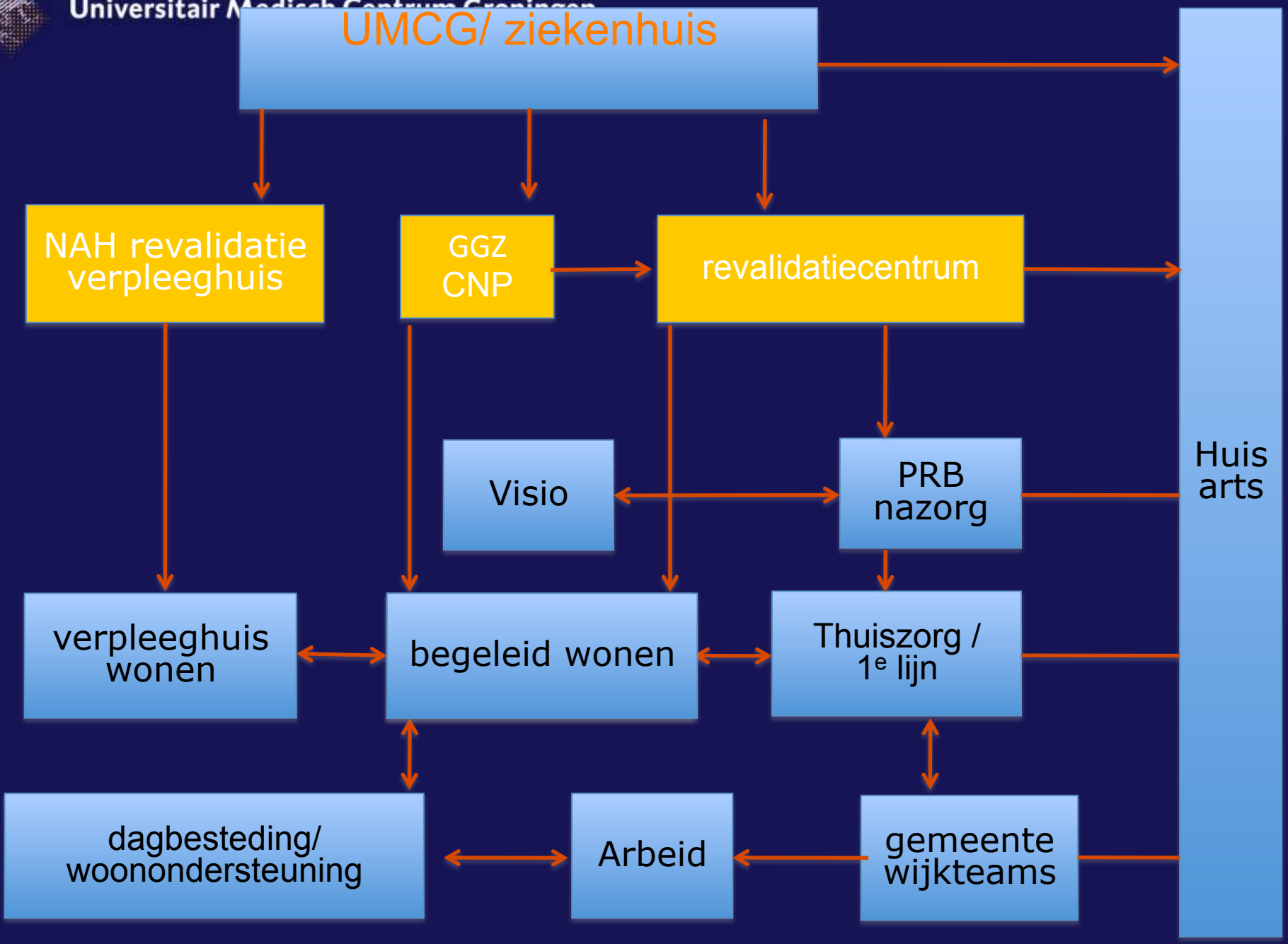
- Klachten
- Werkhervatting

Ernstige
beperkingen

- Geheugen gedrag
- Dagelijkse activiteiten

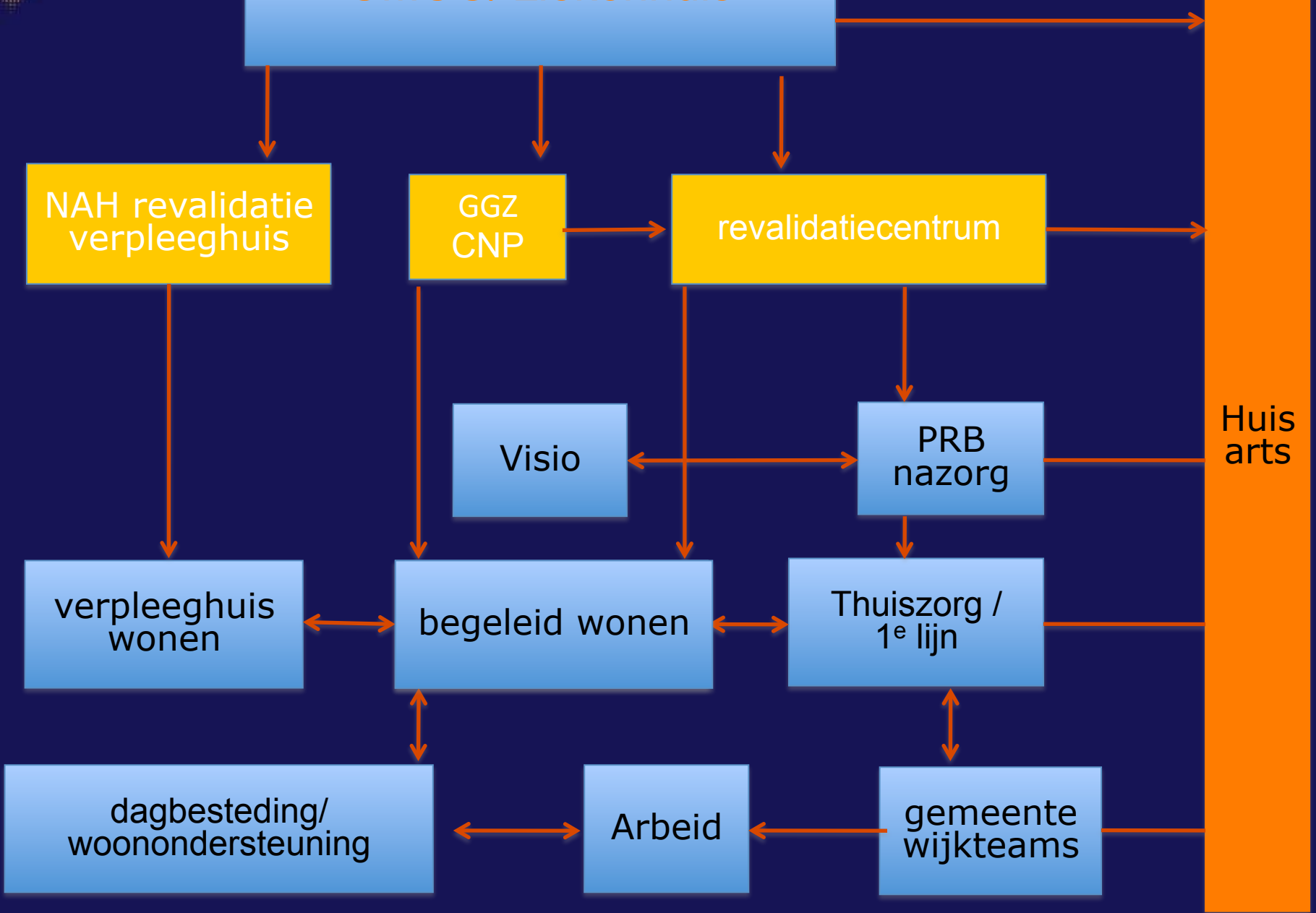


UMCG/ ziekenhuis





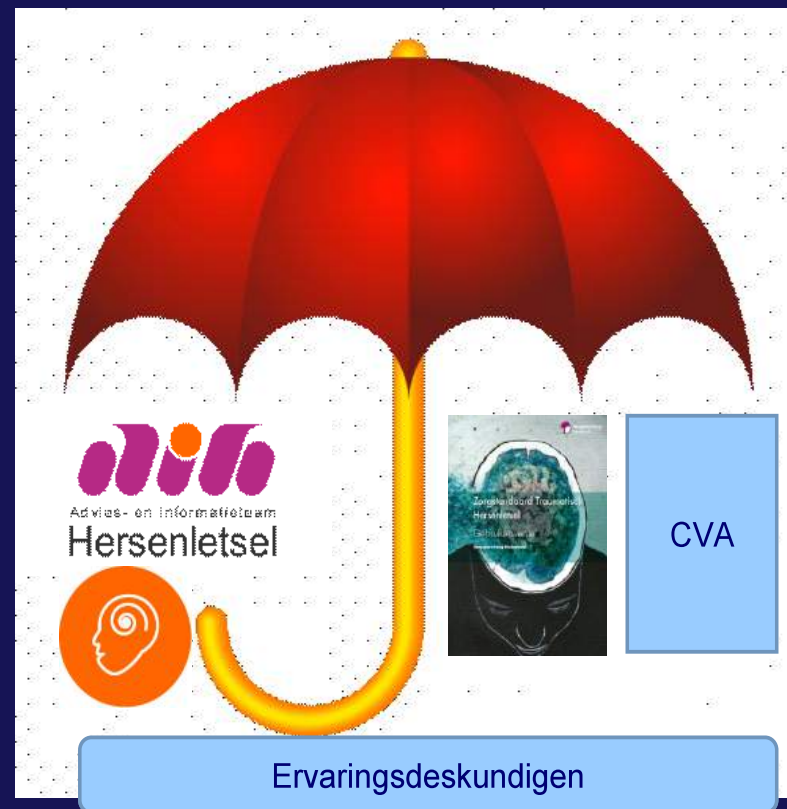
UMCG/ ziekenhuis





Hersenletselcentrum Groningen/ Drenthe

- Loket voor vragen
- Heldere trajecten
- Bundeling kennis en expertise op vlak van hersenletsel





Universitair Medisch Centrum Groningen



umcg - Centrum voor Revalidatie



interzorg



Lentis

MEE Groningen



De Noorderbrug



hersenletsel.nl
Regio Groningen-Drenthe



De Hoven

Zorggroep Groningen



MEE

Drenthe

zorggroepmeander



umcg

trajectum

Visio 



Martini Ziekenhuis



Marianne 41 jaar

1 maand later:

- Kinderlijk, onzeker gedrag;
- Houdt weinig informatie vast;
- Voert nog moeilijk opdrachten uit;
- Loopt liefst aan de arm.

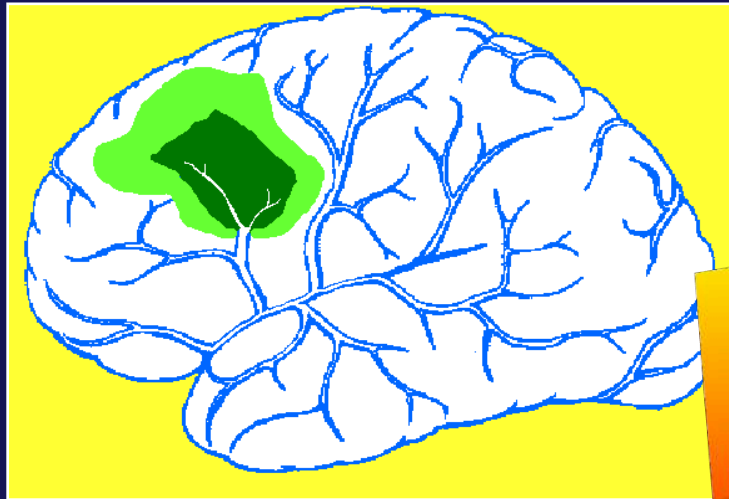


Kun je na een hersenbloeding herstellen?

Ja

Nee

Ik weet het niet



Vragen



Perspectief op herstel

Wat is herstel?

- Neurologische herstel
- Herstel door compensatie
- Optimaal omgaan met de beperkingen

- trucjes leren
- hulpmiddelen gebruiken

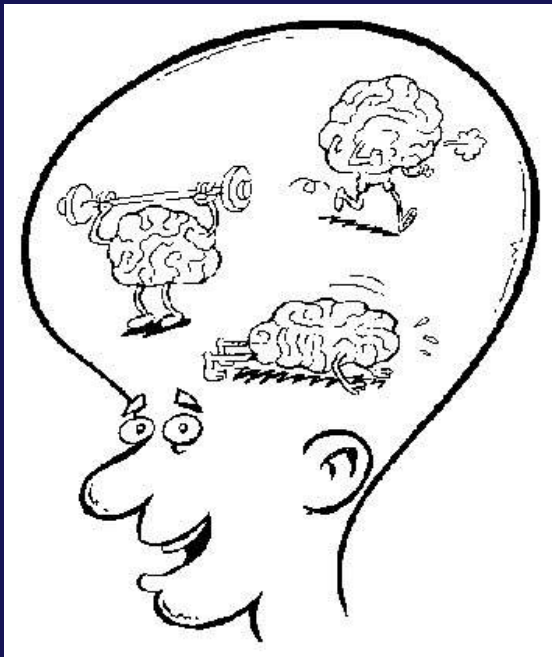


Kun je geheugen trainen?

Ja

Nee

Ik weet het niet



Vragen



What you train is what you get

- Lopen in eigen huis, trap
- Lopen op stoep, in gras, zand, klei etc
- Hardlopen, sportclub

Geldt ook voor geheugen!





Geheugenstrategietraining: 'trucjes'

Doelen zo concreet mogelijk

- Ik kan namen van collega's onthouden
- Ik vergeet geen afspraken bij de dokter

Een voorbeeld: de 4 W's

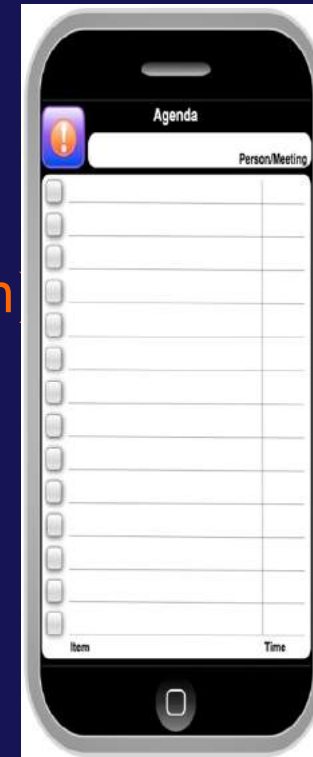
Patiënt wil urine inleveren bij de huisarts op verdenking van blaasontsteking

Wanneer	> voor 10 uur 's morgens
Waar	> balie huisarts
Wie	> melden bij de assistente
Wat	> potje ochtendurine met naam



Geheugenhulpmiddel

- Agenda (4 W's)
- Gele plakbriefjes
 - Notitieboekje
 - Kookwekker
- Alarmhorloge (bijv. medicatietijden)
 - Memorecorder
 - Mobiele telefoon
- Apps op telefoon of tablet/ipad
 - Boodschappenlijstje
 - Knoop in je zakdoek
 - Things-to-do boek
 - Kalender
 - Whiteboard





Marianne 41 jaar

6 maanden later:

- Is weer thuis
- Heeft nog weinig energie
- Kan slecht tegen prikkels, kort lontje

- Wie heeft wat te bieden?



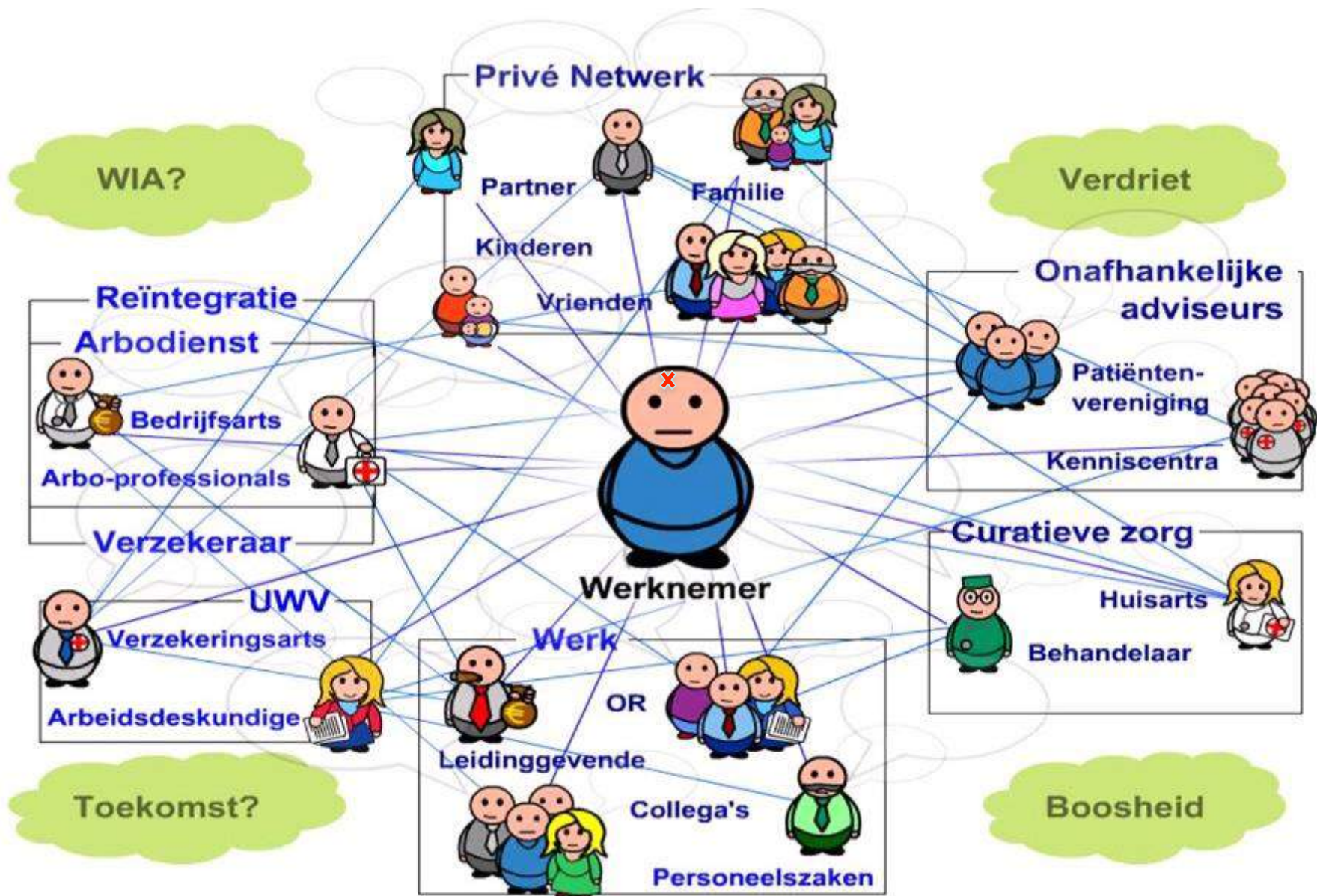
Onzichtbare gevolgen

- Vermoeidheid
- Prikkelgevoeligheid
- Somberheid en angst

Soms (dreigende) verstrekkende gevolgen:

- Problemen in sociale relaties
- Problemen in oppakken van werk





Bron: Welder, www.sterknaarwerk.info



Werk

- Rechten en plichten ingewikkelde wetgeving
- Afstemming leidinggevende en bedrijfsarts
- Arbeidsvaardighedenonderzoek:
meedenken over re-integratievisie

Richtlijn NAH en Arbeid



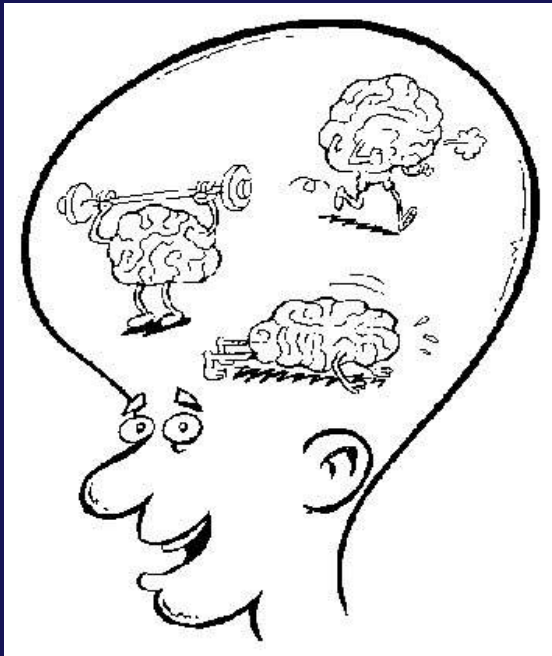


Kun je vermoeidheid en kort lontje
beïnvloeden?

Ja

Nee

Ik weet het niet



Vragen



Neuropsychologische Revalidatie:

- Niet Rennen Maar Plannen
- Grip op je energie
- Time Pressure Management

Richtlijn Cognitieve revalidatie hersenletsel 2007



- Traumaverwerking
- Cognitieve gedragstherapie: ombuigen gedachten, verbeteren van zelfbeeld
- Mindfulness Johansson 2011





Sociale antenne

Sociale cognitie = navigeren in de sociale wereld

Doel behandeling sociale cognitie:

- 1 Emoties van anderen begrijpen en goed reageren
- 2 Verbetering sociaal gedrag in het dagelijks leven

Betrokkenheid van naasten essentieel!



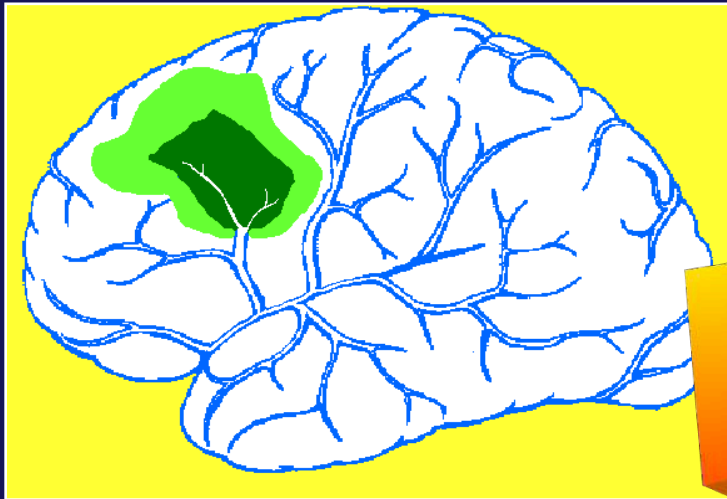


Is revalidatie > 2 jaar na hersenbloeding zinvol?

Ja

Nee

Ik weet het niet



Vragen



Perspectief op herstel

Wat is herstel?

- Neurologische herstel
- Herstel door compensatie

- Optimaal omgaan met de beperkingen **COPING**
- Optimaal **MEEDOEN** in de maatschappij

Na jaren nog herstel in sociale integratie en productiviteit



Neuropsychologische revalidatie

- Beter leren 'omgaan met' veranderingen
- Verhogen van participatie
- Door
 - Informatie
 - Lotgenotencontact
 - Verbeteren vaardigheden

