

Revalidatie na hersenbloeding

Marleen Schönherr revalidatiearts UMCG- Centrum voor Revalidatie



14 oktober 2023



umcg

Revalidatiegeneeskunde

- Medisch specialisme
- Focus op gevolgen van ziekte en ongeval
- Ziekenhuis, revalidatiecentrum en thuis



Casus Dick 60 jaar

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 trainen?
4. Is revalidatie 1 jaar na hersenbloeding nog zinvol?

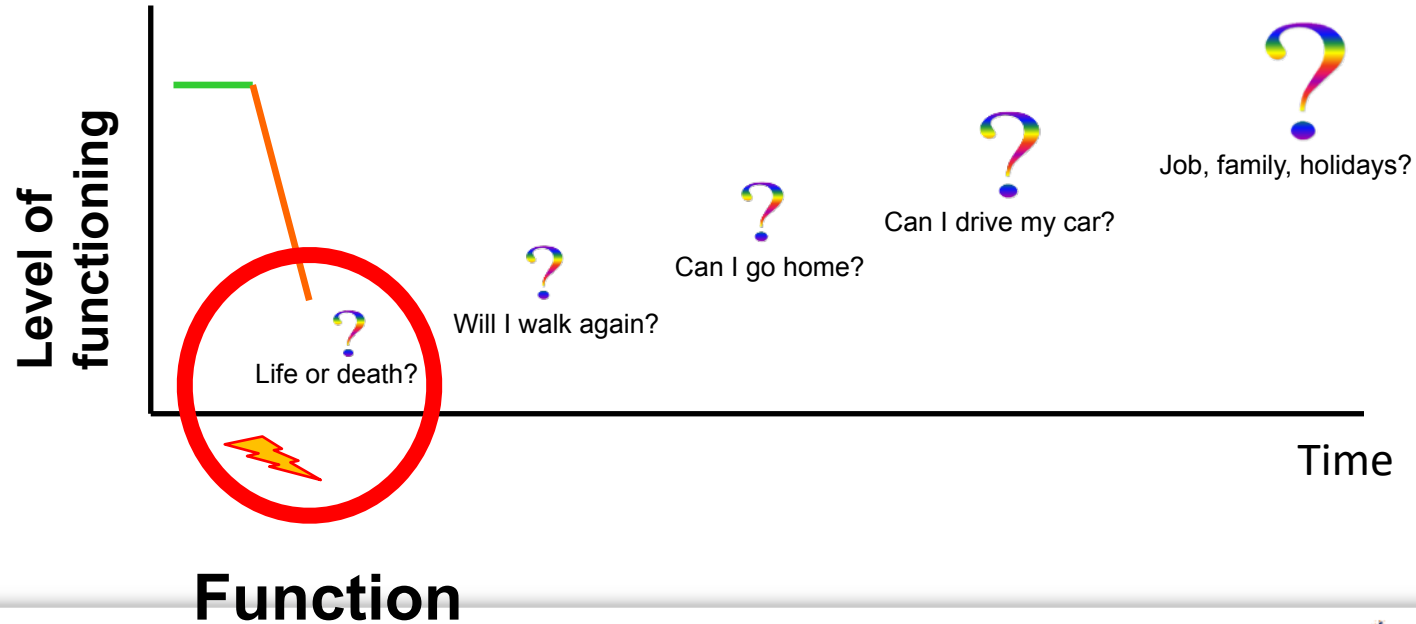


Casus Dick 60 jaar

- Hersenbloeding uit aneurysma
- Getrouwd, 2 kinderen, 1 kleinkind
- Werkt als kok



Hersenbloeding uit aneurysma 2022



Vroege revalidatie na hersenbloeding

Revalidatieteam en verpleging:

- vaardigheden herleren: praten, slikken, oriëntatie op de afdeling, lopen, gebruik arm
- voorkomen van oa longontsteking, thrombosebeen



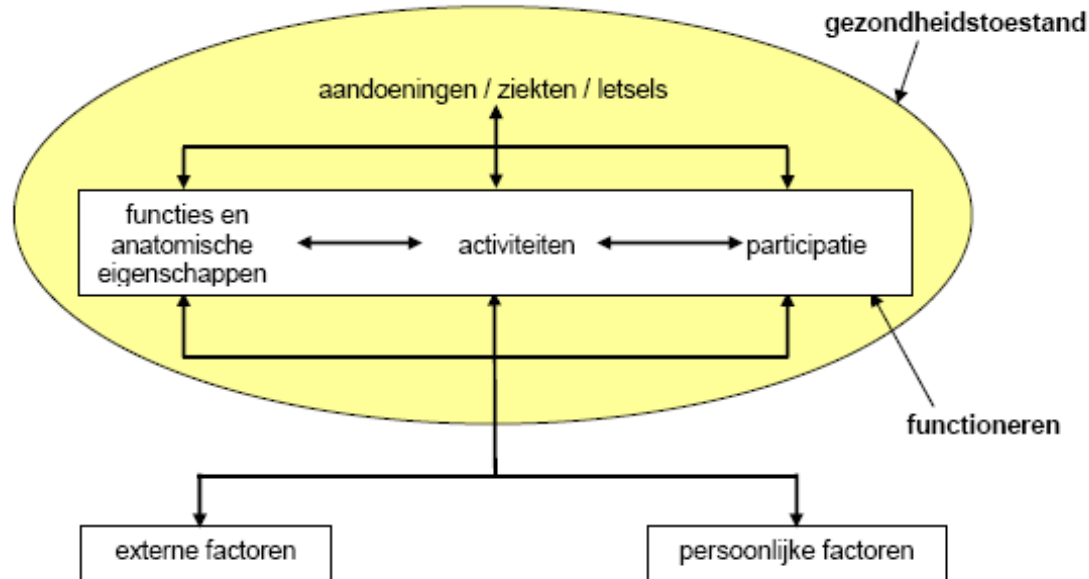
1. Revalidatiearts in het ziekenhuis?

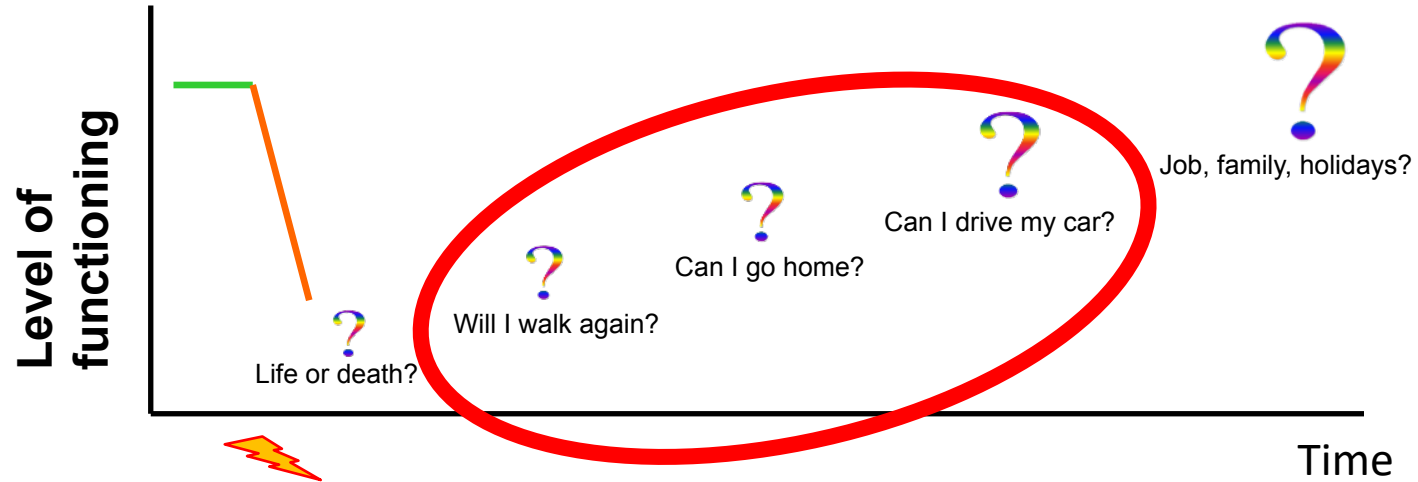
Revalidatiearts en team kijken naar:

- Samenhang van gevolgen van de hersenbloeding
- Verwacht herstel



Niveau van functioneren



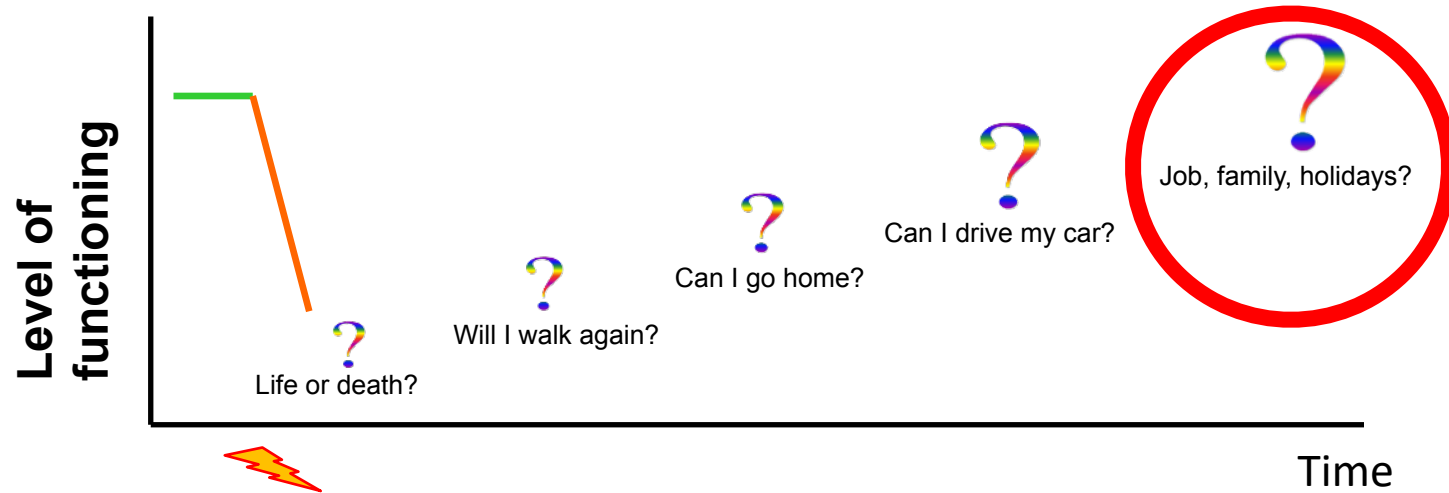


Function

Activities



umcg



Function

Activities

Participation



umcg

1. Revalidatiearts in het ziekenhuis

Revalidatiearts en behandelteam kijken:

- Samenhang van problemen na hersenbloeding
- Verwacht herstel
- Advies (vervolg) behandeling
- Naar huis of naar revalidatieplek



Licht
beperkt

- Klachten
- Werkhervatting

Ernstig
beperkt

- Geheugen
gedrag
- Hulp nodig



2. Hoe herstel je na hersenbloeding?

- Vroege fase: vaardigheden herleren, preventie
- Compensatie: trucjes leren, hulpmiddelen, fitheid
- Omgaan met beperkingen: energiebalans, zingeving
- Participatie: gezin, werk, sport, andere rollen

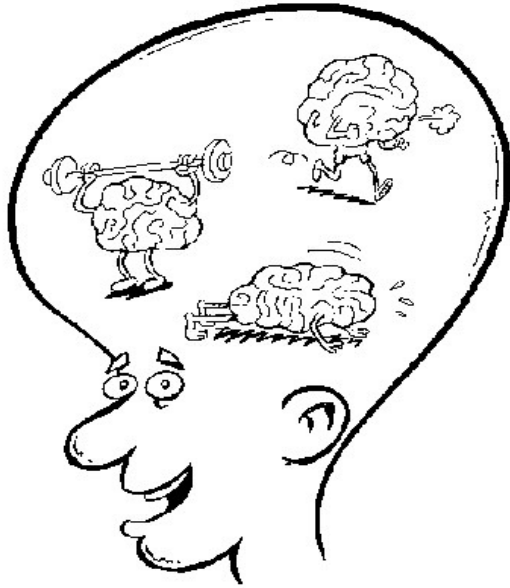


3. Kun je geheugen trainen?

- Cognitie goed in kaart brengen
- Compensatie: trucjes leren, hulpmiddelen, balans



Geheugen 'trainen'



Strategieën en hulpmiddelen

Informatieverwerking de baas
'Beter onthouden' dan vergeten

- Agenda (4 W's)
- Gele plakbriefjes
- Notitieboekje
- Kookwekker
- Alarmhorloge
- Memorecorder
- Apps op telefoon
- Knoop zakdoek
- Kalender
- Whiteboard

Niet Rennen maar Plannen



<https://www.kcrutrecht.nl/producten/niet-rennen-maar-plannen/>

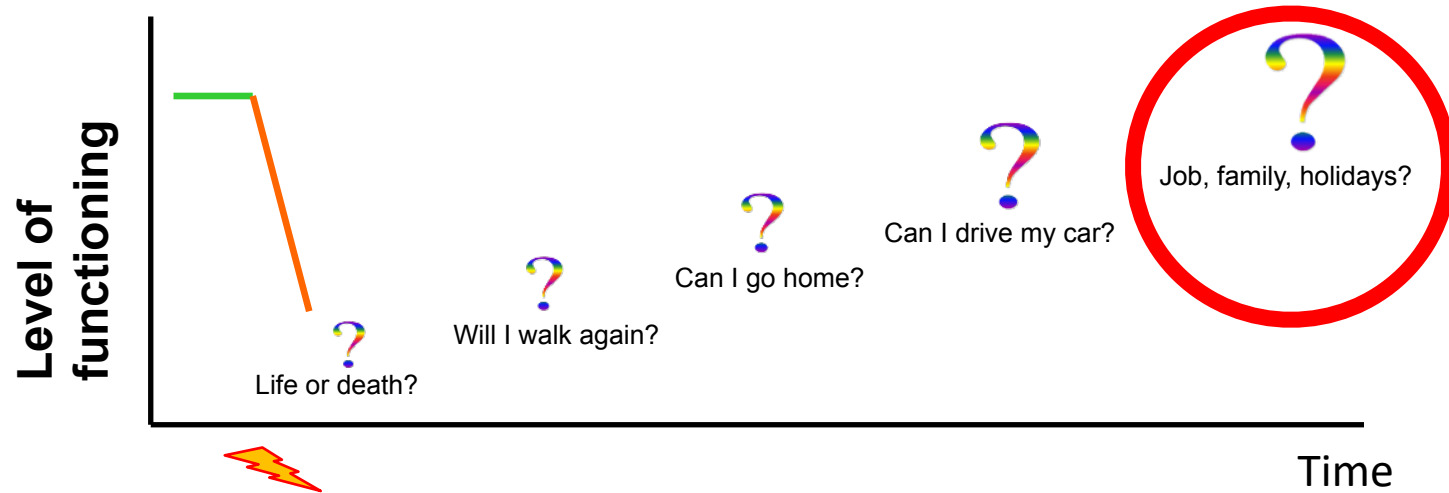


umcg

Casus Dick 60 jaar

- 1 jaar na SAB: werkt als kok weer 3 dg
- Laatste maand toename vermoeidheid en hoofdpijn
- Werktempo te hoog
- Kort lontje





Function

Activities

Participation



umcg

4. Is revalidatie na 1 jaar zinvol?

- Diagnostiek



Casus Dick 60 jaar

Zeer vermoeid

- Fysiek: slechte conditie
- NPO: trage informatieverwerking, somber, vermijdt
- Arbeid: afstemming bedrijfsarts



umcg

Casus Dick 60 jaar

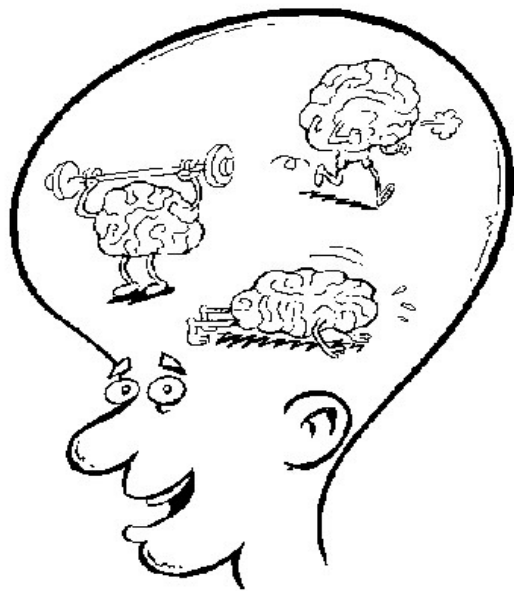
Revalidatietraject:

- Inzicht en omgaan met onzichtbare gevolgen
- Conditie en energiebalans
- Omgaan met grenzen, emotionele verwerking
- Partner, gezin
- Advies naar werk



umcg

Energie



Strategieën en hulpmiddelen

Vermoeidheid in balans

Grip op planning



Niet Rennen maar Plannen

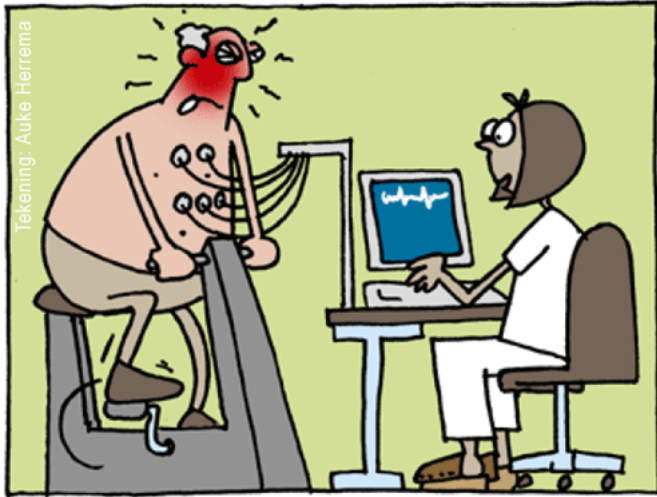


<https://www.kcrutrecht.nl/producten/niet-rennen-maar-plannen/>



umcg

Fysieke belastbaarheid



umcg

Er over praten

- Omgaan met ziekte
- Stemming en angst
- Zingeving
- Vraag hulp!



umcg

Sociale cognitie



Behandeling sociale cognitie:

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

Betrokkenheid van naasten essentieel!



umcg