


NAH/CVA

Klinische revalidatie





U heeft niet-aangeboren hersenletsel (NAH) en bent door de revalidatiearts in het ziekenhuis verwezen naar Libra Revalidatie & Audiologie locatie Leijpark voor klinische revalidatie. In deze folder leest u wat revalideren na NAH inhoudt.

Wat is niet-aangeboren hersenletsel?

Niet-aangeboren hersenletsel (NAH) is schade in de hersenen die veroorzaakt is door een:

- beroerte (CVA),
- ongeval (contusio cerebri),
- tumor,
- hersen(vlies)ontsteking of
- zuurstoftekort in de hersenen door bijvoorbeeld een hartstilstand.

NAH kan zichtbare en minder zichtbare gevolgen hebben.

Voorbeelden van zichtbare gevolgen zijn verlamming van de linker- of rechterhelft van het lichaam.

Minder zichtbaar zijn bijvoorbeeld problemen met het geheugen of met de taal.

Klinische revalidatie

U komt in aanmerking voor klinische revalidatie, als u nog niet in staat bent om zelfstandig of met enige mantelhulp thuis te kunnen wonen.

Bij klinische revalidatie bent u opgenomen op afdeling 1A of 1B/2B.

Op afdeling 1A zijn alleen revalidanten opgenomen met NAH.

Op afdeling 1B/2B zijn naast revalidanten met NAH ook revalidanten met andere aandoeningen opgenomen.

Werken aan uw mogelijkheden

Door NAH kan uw leven plotseling erg veranderd zijn. In het begin worden vooral de onmogelijkheden duidelijk. Samen met u werken we aan de dingen die u nog wel kunt of in ieder geval kunt leren.

Het uiteindelijke doel van de opname en behandeling is, dat u thuis weer zo veilig en zelfstandig mogelijk kunt functioneren, eventueel met hulp.

Behandelprogramma

Libra R&A locatie Leijpark biedt u een breed en efficiënt behandelprogramma, waarbij de meest recente landelijke richtlijnen worden gevolgd. U wordt behandeld door een gespecialiseerd team onder leiding van een revalidatiearts.

Voor een goed herstel zijn niet alleen de oefeningen bij de therapieën belangrijk. Ook het dagelijks zelf oefeningen doen is van belang. Kunt u het niet alleen? Misschien kan uw familie u erbij helpen. Vraag uw therapeuten wat voor u de goede oefeningen zijn.

Ook zijn alle activiteiten, die u samen met de verpleging doet, belangrijk voor herstel. Tijdens het wassen en aankleden oefent u bijvoorbeeld ook uw balans en armhandvaardigheid.

Partners

Uw partner en mensen in uw naaste omgeving hebben een belangrijke rol in uw revalidatieproces. Daarom betrekken we partners en belangrijke naasten zoveel mogelijk bij de therapie. Zij worden - met uw instemming - op de hoogte gebracht van de doelen van de behandeling, zodat zij u thuis kunnen ondersteunen. Ook besteden we aandacht aan de moeilijkheden die u en uw partner of andere naasten kunnen tegenkomen.

De opnamedag

Op de dag van opname maken u en uw familie kennis met de verpleegkundige en verpleegkundig specialist of physician assistant (assistent van de revalidatiearts) van uw afdeling. U krijgt ook een rondleiding door het revalidatiecentrum. Daarnaast maakt u kennis met de andere medewerkers van het team, zoals de ergotherapeut, fysiotherapeut, logopediste, maatschappelijk werkende en neuropsycholoog.

Als u een rolstoel nodig heeft, meet de ergotherapeut die voor u aan. Zolang u in de kliniek verblijft, krijgt u de rolstoel in bruikleen.

Revalidatieproces

De klinische revalidatie is onderverdeeld in 3 fases: de observatiefase, de behandelfase en de eindfase.

- **Observatiefase**

Tijdens de observatiefase voert iedere therapeut een onderzoek uit op zijn of haar eigen vakgebied.

Zo krijgen we een goed beeld van datgene wat u allemaal al kan en de dingen waar u nog moeite mee heeft.

Dan volgt een teambespreking, waarbij alle therapeuten en de revalidatiearts aanwezig zijn. Tijdens deze bespreking wordt het behandelprogramma opgesteld. Hierbij houden we rekening met uw eigen doelen en hulpvraag. Dit wordt met u besproken.

Vervolgens vindt er eens per maand een overleg plaats waarin de arts, verpleging en behandelaars uw voortgang bespreken.

- **Behandelfase**

In de behandelfase wordt het behandelplan uitgevoerd. De inhoud van het behandelplan en de duur van de revalidatie hangen af van de ernst van uw situatie en de mate waarin u vooruit gaat.

In het algemeen kost revalideren veel moeite, geduld en doorzettingsvermogen. Aan de hand van het behandelplan werken we samen met u stapsgewijs aan uw revalidatiedoelen.


- **Eindfase**

In de eindfase ronden we de behandeling af. Samen met u wordt de zorg geregeld die u thuis eventueel nog nodig heeft.

Ook wordt de nabehandeling vastgesteld. Die bestaat meestal uit verdere poliklinische revalidatie bij Libra R&A locatie Leijpark.

Ontslagbestemming

Revalideren bij Libra R&A locatie Leijpark is vrijwel altijd gericht op terugkeer naar de eigen woonsituatie. Zoals al eerder beschreven is bij NAH de meeste vooruitgang te bereiken in de eerste maanden. In deze periode is revalidatie het belangrijkste.



Wanneer na enige tijd blijkt dat ontslag naar huis (nog) niet mogelijk is, bekijken we welke andere plek voor u op dat moment het beste is.

Om zelfstandig in uw huis te functioneren is het vaak nodig dat uw huis wordt aangepast. Wij kunnen helaas niet wachten met ontslag tot deze aanpassingen gerealiseerd zijn. In overleg met u wordt dan naar een passende oplossing gezocht.

Meeloopdagen

Het is de bedoeling dat uw partner of naaste betrokkene minimaal een keer per twee weken meeloopt met het dagprogramma. Uw familie ziet dan hoe de revalidatie vordert en raakt vertrouwd met de wijze van begeleiden. Indien nodig kan dan ook samen met u geoefend worden, bijvoorbeeld autotransfers of traplopen.

Weekenden


Als het verantwoord is, kunt u zo snel mogelijk een dag of een weekend naar huis. Dit besluit nemen we in overleg met u, het team en uw familie.

Het eerste weekend dat u naar huis gaat, krijgt u een vragenlijst mee om te evalueren. Ook kunt u in deze lijst aangeven welke knelpunten u in de thuissituatie tegenkomt. We kunnen daar dan tijdens de therapieën aan werken.

Behandelteam

Het behandelteam bestaat naast uw revalidatiearts uit een fysiotherapeut, ergotherapeut, cognitief revalidatietherapeut, logopedist, verpleegkundige, verpleegkundig specialist of physician assistant, activiteitentherapeut, bewegingsagoog, maatschappelijk werker en psycholoog.

Het behandelteam komt regelmatig bij elkaar om uw vorderingen door te spreken. Samen bekijken zij wat voor u de beste manier is om bijvoorbeeld op te staan, of hoe u het beste geholpen wordt, als u niet goed uit uw woorden komt. De dingen die in het



teamoverleg aan de orde komen, bespreken we ook met u en uw naaste betrokkenen.

Wat doen de verschillende behandelaars tijdens uw revalidatiebehandeling? Om u een indruk te geven volgt hier een korte beschrijving.

- **Revalidatiearts**

De revalidatiearts is coördinator en eindverantwoordelijke van de behandeling. Daarnaast is de revalidatiearts aanspreekpersoon voor uw medische vragen tijdens opname.

- **Verpleegkundig specialist of physician assistant**

De verpleegkundig specialist of physician assistant ondersteunt de revalidatiearts in taken en is (mede) contactpersoon voor medische vragen.

- **Verpleegkundige**

De verpleegkundige zet een deel van de oefeningen van de de behandelaars op de afdeling voort. Verder biedt de verpleging ondersteuning om zo zelfstandig mogelijk te functioneren. Het gaat hierbij vooral om dagelijks voorkomende activiteiten, bijvoorbeeld op het gebied van persoonlijke verzorging.

U krijgt twee contactpersonen toebedeeld. Zij behartigen uw belangen en zijn uw eerste aanspreekpunt gedurende de opname.

- **Fysiotherapeut**

De fysiotherapeut oefent met u dagelijkse handelingen, zoals draaien in bed, transfers, opstaan, lopen, traplopen en het dragen en verplaatsen van voorwerpen met optimale inschakeling van de aangedane zijde.

U werkt aan het opnieuw aanleren van balans, evenwicht en bewegingscoördinatie. De fysiotherapeut bekijkt ook of u een loophulpmiddel of een ondersteuning van de voet nodig heeft.

Door middel van oefenschema's werkt u aan uw conditie en opbouw van kracht binnen uw grenzen van belastbaarheid. Daarnaast wordt aandacht besteed aan het veilig verplaatsen, zowel binnenshuis als buitenshuis, te voet of op de fiets.

- **Bewegingsagoog**

De bewegingsagoog informeert u via een intake over beweegmogelijkheden, zoals fitness, zwemmen en beweeggroepen.

Dit kan door middel van sport- en spellessen samen met andere revalidanten, om zo uw mogelijkheden te ervaren en kennis te maken met verschillende vormen van bewegen.

Bij Libra R&A locatie Leijpark begeleidt de bewegingsagoog samen met de fysiotherapeut de groepsbehandelingen (basisbeweginggroepen en conditiegroep).


- **Ergotherapeut**

De ergotherapeut oefent met u allerlei dagelijkse activiteiten, zodat u weer zo goed mogelijk functioneert in de omgeving waarin u leeft, woont en werkt.

De behandeling richt zich op de praktische gevolgen bij het uitvoeren van dagelijkse activiteiten, waarbij gekeken wordt naar veiligheid, efficiency en zelfstandigheid. Wanneer een handeling niet lukt, onderzoekt u samen met de ergotherapeut waardoor dit wordt veroorzaakt.

Soms lukken activiteiten niet door lichamelijke problemen, bijvoorbeeld doordat u een arm en/of been niet goed kunt gebruiken. De ergotherapeut kan dan activiteiten met u oefenen, u een andere manier van handelen aanleren of oefenen met hulpmiddelen.

Ook door cognitieve/mentale problemen kunnen activiteiten niet lukken, zoals vermoeidheid of problemen met het geheugen en/of met plannen. De ergotherapeut zoekt dan samen met u naar praktische oplossingen, bijvoorbeeld het nemen van meer rust of u te leren hoe u uw activiteiten over de dag of week kunt verdelen.



Daarnaast kan de ergotherapeut advies geven over benodigde voorzieningen, bijvoorbeeld een rolstoel of woningaanpassing.

- **Logopedist**

De logopedist onderzoekt en behandelt stoornissen op het gebied van communicatie, eten en drinken. Er wordt aandacht besteed aan bijvoorbeeld het zoeken naar woorden, spreken, het begrijpen van taal, lezen en inhoudelijk schrijven. Communiceren met mensen om u heen is een belangrijk aandachtsgebied. Bij eet- en drinkstoornissen richt de behandeling zich op houdingsverbetering, aanpassen van de manier van slikken of aanpassen van de voeding.

- **(Neuro)psycholoog**

Hersenletsel brengt behalve lichamelijke veranderingen ook vaak veranderingen met zich mee in onze cognitieve vermogens, gedrag of emotie. Met cognitieve vermogens bedoelen wij aandacht en concentratie, tempo van informatieverwerking, de visuele waarneming, geheugen of vermogen tot plannen en organisatie.

De neuropsycholoog is op dit gebied gespecialiseerd en helpt u deze veranderingen en de mogelijke gevolgen ervan voor het dagelijkse leven, duidelijk te krijgen. Zo nodig vindt hiervoor een neuropsychologisch onderzoek plaats.

Wanneer sprake is van beperkingen in cognitie, emotie of gedrag kan een neuropsychologische behandeling worden gestart. Deze bestaat uit gesprekken bij de psycholoog en wordt in het geval van cognitieve beperkingen aangevuld met begeleiding door de cognitief revalidatietherapeut.

De psycholoog kan u ook begeleiden bij eventuele depressieve klachten of angstproblematiek.

- **Cognitief revalidatietherapeut**

De cognitief revalidatietherapeut houdt zich, samen met de neuropsycholoog, bezig met de niet-zichtbare gevolgen bij NAH, zoals mentale vermoeidheid, moeite met onthouden, verminderde waarneming en mentale traagheid.

Zij geeft adviezen hoe u het beste met deze problemen kunt omgaan.

- **Maatschappelijk werker**

Door het hersenletsel is uw leven ingrijpend veranderd. Veel is niet meer vanzelfsprekend. Dit kan gevolgen hebben voor u en de mensen in uw omgeving. De problemen die hierdoor ontstaan, kunt u bespreken met de maatschappelijk werker.

Deze kijkt met u hoe de problemen kunnen worden aangepakt. Verder ondersteunt de maatschappelijk werker u bij de aanvraag van eventuele zorg na ontslag.

- **Activiteitentherapeut**

De activiteitentherapeut helpt u om op een zinvolle en plezierige manier uw hobby weer op te pakken of een nieuwe vrijetijdsbesteding te ontdekken.

Daarnaast is er aandacht voor het doortrainen van geleerde activiteiten.

Bij Libra R&A locatie Leijpark begeleidt de activiteitentherapeut samen met de ergotherapeut een aantal groepsbehandelingen: de arm/handgroep, kookgroep en boodschappengroep.

Groepen

Naast individuele therapie wordt u ook ingepland voor groepsbehandelingen. Voor welke groepen u in aanmerking komt wordt in het team bepaald en met u overlegd.

Hulpmiddelen

Soms zijn hulpmiddelen nodig, zoals een rolstoel. De behandelaars adviseren u bij de keuze.

In het begin van de revalidatieperiode zijn wij terughoudend in het adviseren van definitieve hulpmiddelen, omdat na een hersenletsel de mogelijkheid bestaat tot gedeeltelijk herstel.

Veel hulpmiddelen kunnen tijdelijk worden geleend via de thuiszorgwinkel.

De procedures voor het verkrijgen van hulpmiddelen zijn erg verschillend en soms ingewikkeld.

Voor vragen over voorzieningen kunt u terecht bij uw behandelend ergotherapeut, fysiotherapeut of maatschappelijk werkende.

Centraal Bureau rijvaardigheidsbewijzen (CBR)

Na een NAH mag u niet direct autorijden. Een lichamelijke beperking of een verminderd reactievermogen kunnen problemen opleveren bij het autorijden.

Voor vragen over de regels die voor u gelden, kunt u terecht bij de revalidatiearts en/of ergotherapeut.

Meer informatie

Meer informatie over Libra R&A locatie Leijpark kunt u lezen in de algemene brochure.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u altijd contact opnemen met een van de behandelaars van ons team via telefoonnummer 088 313 2000. Aarzel niet, wij zijn u graag van dienst.





T 088 - 31 32 000
W www.libranet.nl

LRA-L, juni 2019 - juni 2020

Locatie Blixembosch

Toledolaan 2
5629 CC Eindhoven
E blixembosch@libranet.nl

Locatie Weert

p/a Zorgcentrum St. Martinus
Vogelsbleek 1, ingang Boerhaavestraat
6001 BE Weert
E weert@libranet.nl

Locatie Leijpark

Prof. Stoltehof 3
5022 KE Tilburg
E leijpark@libranet.nl

