



“In Balansmet je zelf en binnen je gezin”



PROGRAMMA

De organisatie

Hersenen - Hersenletsel

Hersenletsel en gevolgen

Moeilijkste hersenfuncties

Waar iedereen last van heeft en waarom

In balans in het gezin - familie



De organisatie Professionals in NAH

Aantal mensen in begeleiding	1430
Aantal gemeenten	180
Aantal medewerkers	195
Aantal managers	0
Aantal coördinatoren oid	0
Kantoren	1 (70 m ²)
Opleidingsniveau medewerkers	Minimaal HBO
Opleidingsbudget	10% van de omzet





Niet Aangeboren Hersenletsel

Ongeval – Traumatisch letsel

Zuurstoftekort

CVA (herseninfarct, hersenbloeding)

Hersenvliesontsteking

Hersentumor

Multiple Sclerose

Ziekte van Huntington

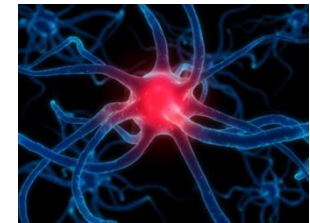
Schildersziekte

Een 'aanwijsbare' breuk in de levenslijn!



Hersenen: zeer ingewikkeld netwerk

Hersenen vormen een ingewikkeld netwerk van 100 miljard cellen en 900 miljard steuncellen.



Ruim 1000 maal meer contactpunten.

De totale bedrading ongeveer 100.000 km.

Centrale taak: informatieverwerking.

Gewicht: 1350 (vrouwen)-1500 gram (mannen)



Hersenen

Alles wat we doen loopt via onze hersenen.

Hersenen zijn heel gevoelig voor invloed van buitenaf.

Functies mogelijk door goede samenwerking van verschillende hersendelen.



Ingewikkelde functies (1)

Empathie (invoelingsvermogen).

Vooruit kunnen kijken/zich een beeld van de toekomst kunnen vormen.

Nadenken over jezelf en je eigen gedrag.

Kunnen schakelen van het ene naar het andere onderwerp.

Aandacht en concentratie.



Ingewikkelde functies (2)

Strategisch denken

Weloverwogen beslissen

Gedrag uitstellen

Interne motivatie

Gedrag aanpassen op basis van wisselende omstandigheden

Emotieregulering

Geheugen



Gevolgen na hersenletsel

De ingewikkelde functies zijn niet meer goed mogelijk.

Bij verlies van invoelingsvermogen ontstaat **egocentrie** – iets heel anders dan egoïsme!

Denken en reageren wordt vaak trager, kost meer moeite.

Intelligentie blijft vaak goed

Van hersenletsel word je niet gek maar...

je word wel er wel gek van om het te hebben



Zichtbaar en onzichtbare gevolgen

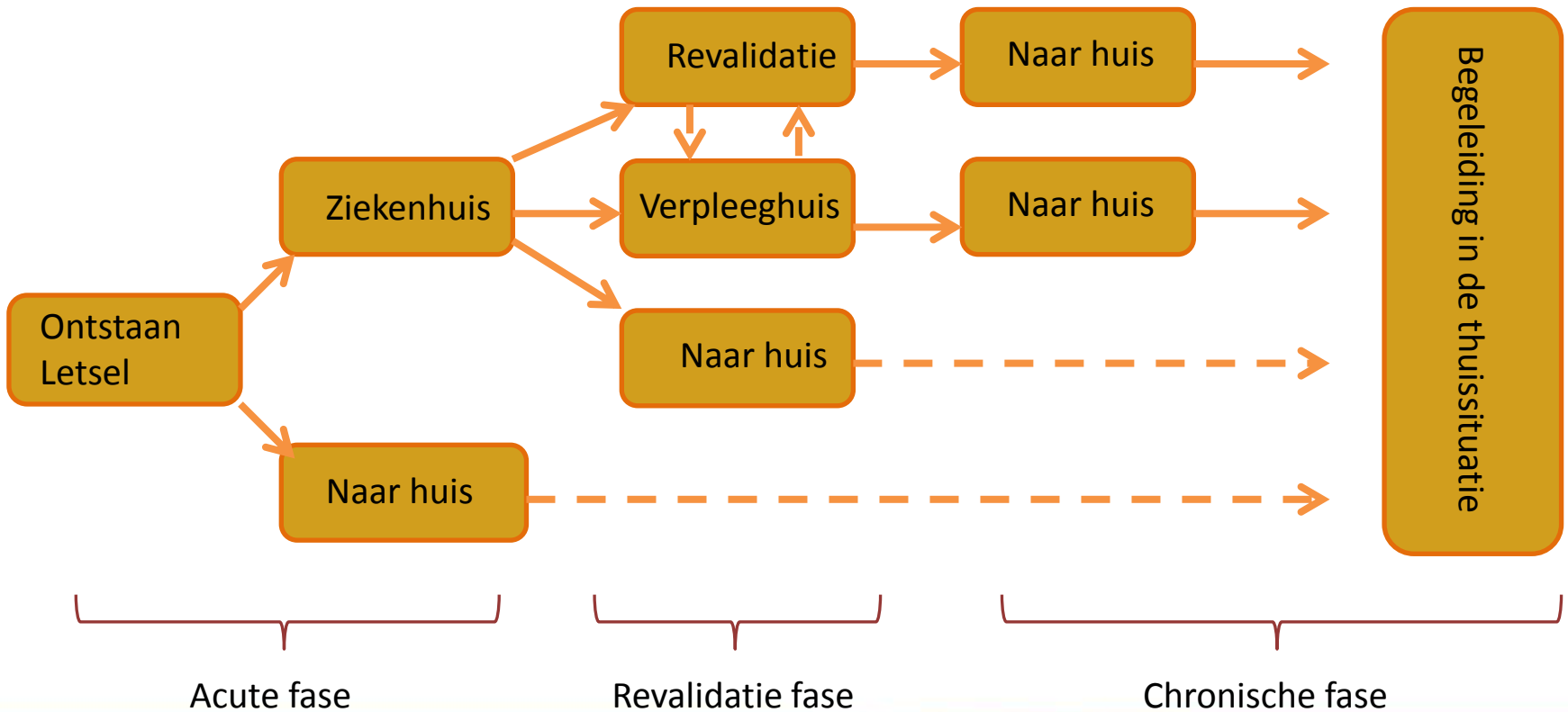
Bij zichtbare gevolgen, bijvoorbeeld een verlamming, krijgen mensen vaak begrip. Voor onzichtbare gevolgen krijgen mensen vaak geen begrip, maar verwijt!



Abbildung enthält Optionen



De route



Waar iedereen last van heeft en waarom

De euforie maakt plaats voor:

Is dit nou mijn / ons leven?



Waar iedereen last van heeft en waarom

Het leven wordt niet meer zoals het was.

Iedereen houdt enkele onzichtbare gevolgen, soms ook zichtbare gevolgen.

Begrijpen wat er is gebeurd, welke hersenschade er is en welke gevolgen dat heeft, is erg belangrijk.

Inzicht is ook belangrijk voor naasten, bv partner, kinderen, ouders, grootouders.



Waar iedereen last van heeft en waarom

Sneller moe zijn (en dat niet / te laat merken)

Over grenzen gaan

Emoties minder in bedwang - sneller conflicten

Overzicht kwijt zijn - Werkzaamheden verlopen moeizaam

Apathie, lusteloos

Verdriet - boosheid

Angst

Of emoties lijken juist helemaal weg te zijn.





Ochtend
accu is vol



Middag
mentale taken:
energie voldoende
voorraad



Avond
drukke dag
accu is leger



Nachtrust
accu laat weer op



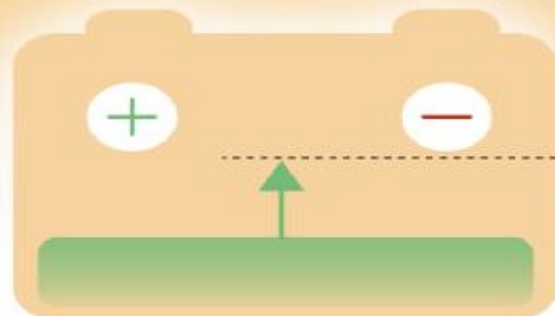
Ochtend
Accu voor een
deel gevuld
(maximaal haalbare)



Middag
mentale taken
accu is bijna leeg veel
energieverbruikt



Avond
energie = op
bodem accu is bereikt



Nachtrust
Accu laat niet meer
helemaal op

Niet meer alles geloven en ons brein

Ontbreken of verminderd ziekte-inzicht.

Verminderd vermogen om de eigen sterke en zwakke punten en de invloed hiervan op het dagelijks functioneren in te schatten.

“Mijn vrouw is zo veranderd sinds ik hersenletsel heb opgelopen.”



Als mensen het oneens met me zijn?

hebben ze het

meestal verkeerd



Niet meer alles geloven en ons brein

Het ontstaan van Hersenletsel is een traumatische gebeurtenis.

Je gezonde lichaam heeft je in de steek gelaten en op dat moment word je geconfronteerd met het feit dat gezondheid niet vanzelfsprekend is. Dit alleen al vormt een basis voor ontwikkeling van meer argwaan naar jezelf.



Niet meer alles geloven en ons brein

Je moet alles maar geloven wat je vertelt wordt

Het ongeluk – de bloeding – de hartstilstand

Het moment van buiten bewustzijn zijn /
comaperiode

Ontwaken uit coma

De eerste dagen in het ziekenhuis

De revalidatieperiode



Niet meer alles geloven en ons brein

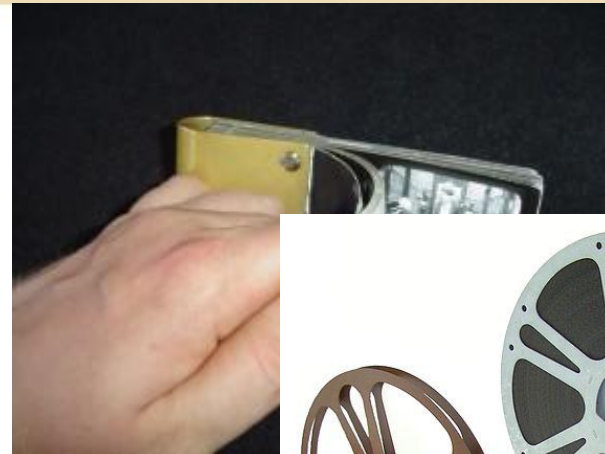
Geheugen reproductie

Gewend een heel kloppend verhaal te reproduceren.

Geheugen op de diverse zintuigen of combinaties daarvan laat je in de steek.

De waarheid van de persoon met hersenletsel is een kloppend verhaal.

Dat de omgeving een andere waarheid heeft is een feit.



Niet meer alles geloven en ons brein

Over verschillende waarheden
is een discussie zinloos.



“In Balansmet je zelf”

De vraag zal zijn: maar hoe vinden we de nieuwe balans?



“In Balansmet je zelf”

Herkennen = erkennen



Tips voor mensen met hersenletsel

1. Als het lukt, wees open over je beperking
2. Creëer ruimte / plek voor jezelf
3. Wees streng voor je zelf mbt agendaplanning
4. Geniet van die momenten als je over je grenzen gaat
5. Laat iemand meekijken hoe je kunt **onder**vragen
6. Leef gezond



Tips voor mensen met hersenletsel

Chillen



Professionals in NAH

Tips voor mensen met hersenletsel



Tips voor partners –directe omgeving

1. In een vroeg stadium hulp vragen
2. Belang van eigen leven; eigen activiteiten
3. Anderen betrekken bij de zorg (autonomie, grip houden)
4. Wees bewust van de verschillende rollen
5. Gebruik maken van mantelzorg-ondersteunende organisaties
6. Schenk aandacht aan sociale netwerk
7. Leef gezond



Vragen?

www.nah.nl



Professionals in NAH



Voor mensen met NAH en hun betrokkenen

Voor verwijzers

Scholing

Behandeling

Contact



Onze kernwoorden:

- Goede begeleiding staat voorop
- Een bedrijf zonder managers
- Begeleiders voortdurend bijgeschoold
- Vragen worden snel beantwoord
- Gemiddelde waardering 9+

> Lees verder

Betrokken begeleiding voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel en hun omgeving

Welkom op de website van Professionals in NAH.

Wij zijn een organisatie voor mensen met Niet Aangeboren Hersenletsel en hun omgeving. Bent u op zoek naar ondersteuning, voor uzelf of voor een naaste? Dan bent u bij ons misschien aan het goede adres.

Hersenletsel kan ontstaan zijn door o.a.: een CVA,



Werkgebied

Vul hieronder een plaatsnaam of postcode en klik op verder



Postcode of plaats

> Verder

