



Licht traumatisch hersenletsel

Na een klap op het hoofd, bijvoorbeeld door een verkeersongeval, stoten of een val, kan een hersenschudding ontstaan. De medische term hiervoor is licht traumatisch hersenletsel.

De meest voorkomende klachten bij licht traumatisch hersenletsel zijn:

- hoofdpijn
- duizeligheid
- vermoeidheid
- slapeloosheid
- overprikkeling/ overgevoeligheid voor licht of geluid
- moeite met concentreren
- geheugenklachten
- agitatie (innerlijke rusteloosheid)
- angst- of depressieve klachten

Bij een groot deel van de mensen gaan deze klachten binnen zes weken voorbij. Bij een klein gedeelte van de mensen (ongeveer 20%) zijn deze klachten na 3 maanden nog aanwezig. Wanneer de klachten langer dan 3 maanden aanhouden spreken we van een **aanhoudende klachten na licht traumatisch hersenletsel**.

Als de klachten aanhouden, verwijst de huisarts afhankelijk van de klachten naar een ergotherapeut, fysiotherapeut en/of psycholoog.

Poliklinische revalidatiebehandeling

Bij Reade bieden we poliklinische revalidatiebehandeling aan voor mensen met aanhoudende klachten na licht traumatisch hersenletsel, die onvoldoende herstellen ondanks eerdere behandelingen.

Afspraak bij de arts, intakefase en eventuele behandeling vindt plaats in de behandelteams op locatie Overtoom of locatie Amstelland. Dit team wordt geleid door een revalidatiearts of Physician Assistant en bestaat uit onder andere een fysiotherapeut, ergotherapeut, maatschappelijk werker en psycholoog.

Poliklinische revalidatie

Als je poliklinisch revalideert, kom je regelmatig naar Reade toe. Na een polibezoek ga je weer naar huis. Hoe vaak je naar Reade komt, verschilt per persoon. Net als hoe lang je op een dag bij Reade bent. Dit kan een hele dag zijn of enkel voor één therapiesessie.

● Uitgebreide screening

- Voordat iemand in behandeling komt, vindt er eerst een uitgebreide screening plaats. Dit is om te beoordelen of een behandeling bij Reade geschikt is of verwijzing naar elders nodig is. De screening start met een vragenlijst en eerste consult bij de arts.

● Intakefase

- Als tweede deel van de screening volgt, als dit passend is, een intakefase bij het behandelteam. Tussen de afspraak bij de arts en de intakefase bij het behandelteam kan een wachttijd zitten.

In een korte periode vinden er meerdere afspraken plaats in dit traject, meestal bestaat dit uit:

- 2 keer fysiotherapie
- 3 keer ergotherapie
- 1 keer maatschappelijk werk
- 2 keer psychologie
- Wanneer van toepassing – psychomotore therapie
- Voorlichting over aanhoudende klachten na licht traumatisch hersenletsel

Na deze afspraken wordt beoordeeld of een vervolgbehandeling bij Reade passend is, en zo ja, welke behandeling dat is. Als dat niet het geval is, volgt advies over welke behandeling elders passend is.

- Tussen de intakefase en de behandelfase is er vaak een pauze. Tijdens deze pauze ga je alvast aan de slag met de eerste adviezen en inzichten vanuit de intakefase.
Deze pauze duurt minimaal 6 weken.
- **De behandelfase**
- Behandeling vindt vervolgens voor een groot deel in groepen plaats. De behandeling staat meestal 2x in de week ingepland.

Behandelgroepen

De volgende groepen kunnen onderdeel van het behandelplan zijn. Dit wordt op maat bepaald in overleg jou.

- **Inzicht en educatie**
Inzicht krijgen in wat ervoor zorgt dat de klachten blijven en hoe je jouw gedachten en gedrag kunt veranderen om te herstellen.
Duur: 8 weken.
- **Lichaamsbewustwording en herstel**
Leer jouw lichaamssignalen herkennen en hoe hiernaar te handelen.
Duur: 8 weken.
- **Arbeid**
Krijg ondersteuning bij hervatten en opbouwen van (vrijwilligers)werk en studie.
Duur: 3 keer
- **Verbeteren fysiek fitheid/ Sport**
Op een gecontroleerde manier werken aan fysieke fitheid door het sporten in stappen op te bouwen.

Coach

Naast de groepsbehandeling zijn er afspraken met een coach. De coach bespreekt met jou wat al bereikt is en wat nog wensen zijn voor het vervolg.

Om zo goed mogelijk te kunnen profiteren van de behandeling is het belangrijk om elke sessie aanwezig te zijn. Daarom hebben we de afspraak dat je maximaal 1 sessie per groep mag missen.

Meer informatie

Voor verdere informatie over licht traumatisch hersenletsel klik op de links.

Locatie Licht traumatisch hersenletsel



Overtoom
Amsterdam

[Info & Route](#)



Ziekenhuis Amstelland
Amstelveen

[Info & Route](#)

[Al onze locaties](#) →

Zorgprofessionals



> **Dr. J.D.M. Vloothuis (Judith)**
Revalidatiearts



> **O. Manck (Onno)**
Physician Assistant (PA)



> **Drs. T.A.J de Brouwer (Tjeu)**
Revalidatiearts



> **Drs. S. Kerkhof (Stefanie)**
Revalidatiearts



> **B. E.L. Dane-Zwarts (Bettina)**
Physician Assistant (PA)



Heb je een vraag over Reade? Onze klantenservice helpt je verder.

T (020) - 242 10 00 | klantenservice@reade.nl