



CIMT groep volwassenen

CIMT is een intensief oefentherapie-programma voor mensen met een verminderde arm- en handfunctie na hersenletsel die bij Reade poliklinisch revalideren. Het staat voor Constraint Induced Movement Therapy. Dit is te vertalen naar “oefentherapie, waarbij de ‘goede’ arm niet ingezet kan worden”.

CIMT berust op twee principes:

- Het tijdelijk uitschakelen van de ‘goede’ arm, waarmee de aangedane arm gedwongen wordt actief te worden en
- Het intensief oefenen van de aangedane arm met veel herhalingen.

Voor wie is het CIMT-programma?

Het CIMT-programma is voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel, zoals een CVA, met een verminderde arm- en handfunctie. Het is geïndiceerd bij:

- Een herstellende arm/hand na niet-aangeboren hersenletsel.
- Een hand die vergeten wordt om in te zetten bij dagelijkse activiteiten, die minder gebruikt wordt dan mogelijk is op basis van de armfunctie.

Criteria om mee te kunnen doen

- Je kan voorwerpen met jouw aangedane arm/hand pakken en loslaten.
- Je kan zelfstandig oefenen.
- Je kan jouw eigen hulpvraag formuleren op het gebied van arm-handfunctie.

Voorafgaand aan het behandelprogramma zal jouw arm-/ handfunctie in kaart worden gebracht. Dit doen we door het afnemen van testen. Na afloop van het CIMT-programma zullen de testen nogmaals worden afgenomen, om inzicht krijgen in de verbeteringen.

Hoe lang duurt het CIMT-programma?

Het CIMT-programma duurt 4 weken. Het programma wordt op maat met samengesteld en kan de volgende onderdelen bevatten:

- 2 à 3 keer per week deelnemen aan de armgroep.
- 1 keer per week ergotherapie en/of 1 keer per week fysiotherapie en 1 x per week voorlichting.
- Naast de therapie in Reade, oefen je ook zelfstandig thuis. Zo mogelijk ondersteund door de mensen in jouw naaste omgeving.

Hoe werkt het CIMT-programma?

- Tijdens het 4 weken durende programma leer je de mogelijkheden van jouw arm en hand optimaal benutten, zodat je deze zoveel mogelijk kunt inzetten bij alle activiteiten die je in het dagelijks leven doet.
- We schakelen je niet-aangedane arm en hand tijdelijk uit door het dragen van een speciale handschoen. Hierdoor word je gedwongen om de aangedane arm/hand te gebruiken.
- Oefeningen eenhandig doen. En dit veelvuldig herhalen. Dit heeft een positieve invloed op jouw arm-/ handvaardigheid. Herhaling is namelijk belangrijk voor het (opnieuw) leren van bewegingen.

Je krijgt verschillende therapieën:

- Shaping: het inslijpen van basisbewegingen met 1 hand.
- Eenhandigheidstraining: door middel van praktische (meer complexe) activiteiten.
- Tweehandigheidstraining: waarbij alledaagse tweehandige activiteiten geleerd worden, waarbij de aangedane arm weer een actieve rol krijgt.

Daarnaast bestaat het programma uit:

- Voorlichting over hoe het herstel van de arm/hand tot stand komt en over gedragsverandering.
- Ontspanning.
- Individuele gesprekken.
- De meerwaarde van trainen in een groep is dat je steun aan elkaar hebt. En elkaar kunt motiveren om door te zetten tijdens dit intensieve programma.

Het team van behandelaren

- Revalidatiearts
- Ergotherapeuten
- Fysiotherapeuten
- Een groepsbegeleider

Behandeling starten?

Regel je verwijzing of bekijk de actuele wachttijden

Verwijzen

Vergoedingen

Locatie CIMT groep volwassenen



Overtoom

Amsterdam

Info & Route

[Al onze locaties](#) →



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

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