



### De mantelzorger

Een CVA krijgt u niet alleen. Wij betrekken uw naasten actief bij uw herstel. Zij kunnen uw behandeling volgen en krijgen tips om samen met u te oefenen. Het is de bedoeling dat u een afspraak maakt met de behandelaar wanneer u aanwezig wilt zijn.

### Vergoeding

Tijdens uw revalidatie heeft u een indicatie. Bij geriatrische revalidatiezorg vindt de vergoeding plaats uit uw basiszorgverzekering, waarbij de regels rondom uw eigen risico gelden.

# Revalidatie na een herseninfarct of hersenbloeding

IN CAREYN MARIA-OORD



Careyn Maria-Oord  
Centrum voor revalidatiezorg  
Herenweg 69  
3645 DH Vinkeveen

Careyn Klantenservice  
T 088 - 123 88 99  
E [contact@careyn.nl](mailto:contact@careyn.nl)  
W [www.careyn.nl/mariaoord](http://www.careyn.nl/mariaoord)



Samen werkt 't beter

# Revalidatie na een herseninfarct of hersenbloeding

## IN CAREYN MARIA-OORD

### Wat kunt u verwachten?

U bent opgenomen om te revalideren nadat u een beroerte heeft gehad. Hierdoor is uw leven en dat van uw naasten ingrijpend veranderd. Na de schrik breekt vaak een moeilijke periode aan. Begrip en steun uit uw omgeving zijn erg belangrijk. Tijdens uw revalidatie beginnen we zo snel mogelijk met de therapie om de uitgevallen functies te laten terugkomen. Op de CVA-afdeling hanteren we het principe 'alles is revalidatie'. Met de verpleging en verzorging bent u de hele dag aan het revalideren. Ook zelf wassen, aankleden en het ontbijt klaarmaken is therapie.



### Wat is een CVA?

Een Cerebro Vasculair Accident (CVA) betekent een ongeluk in de bloedvaten van de hersenen. Bij een hersenbloeding treedt er een bloeding op in de hersenen, bij een herseninfarct raakt het bloedvat verstopt. De aard en ernst van de gevolgen van een CVA zijn afhankelijk van het deel van de hersenen, dat beschadigd is. Een beroerte heeft vaak een gehele of gedeeltelijke verlamming van een lichaamshelft tot gevolg. De rechter en de linker hersenhelft hebben verschillende functies. Het rechterdeel van de hersenen stuurt de linkerkant van het lichaam aan en het linkerdeel de rechterkant. Naast uitval van een lichaamshelft kunnen er ook andere functies uitvallen zoals problemen met spreken en slikken, vermoeidheid, vergeetachtigheid en veranderingen van gedrag of karakter. Ook kan het verlies van zelfredzaamheid en zelfstandigheid frustraties en woedeuitbarstingen opleveren.

### Wat is revalideren?

Revalideren is oefenen, heel veel oefenen. Een kwestie van doorzetten dus, met het doel dat u voor ogen heeft. Gelukkig staat u er niet alleen voor. U krijgt begeleiding van een team, gespecialiseerd in behandeling van mensen die een beroerte hebben gehad. Verwacht van hen niet het onmogelijke, zij kunnen, hoe vervelend dat ook is, niet iedereen genezen. Uw familie is tijdens uw revalidatie ook belangrijk. Extra praktische oefeningen met een familielid/mantelzorgers blijken tot meer en beter herstel te leiden.

Het natuurlijk herstel van uw lichaam speelt de grootste rol. Vanuit het behandelteam wordt er samengewerkt, adviezen worden aan u doorgegeven en met u besproken. In Maria-Oord streven we ernaar de mantelzorgers actief bij de revalidatie te betrekken.

### Alles is revalidatie

Revalideren doet u 24 uur per dag. Dus niet alleen de behandeling door de therapeuten, ook het lopen op de gangen, naar de huiskamer, de toiletgang, het wassen en aankleden en het klaarmaken van de maaltijd is revalidatie. We gaan op onze afdeling uit van het principe 'alles is revalidatie'.

Uitgangspunt is wat u belangrijk vindt, welke doelen u voor ogen heeft om zo snel mogelijk weer naar huis te kunnen. Eenmaal thuis kan de behandeling worden voortgezet, ambulant of in de eerstelijnszorg.

Tijdens de groepstherapie oefent u met andere cliënten in de oefenruimte, waar u werkt aan uw eigen doelen. In hun overleg bespreken de behandelaars uw voortgang en leggen ze die vast in het revalidatieplan. Dit plan bespreken we met u en uw mantelzorgers. In dit plan noteren we al vrij snel een voorlopige ontslagdatum, waarop u weer naar huis kunt.

### Wie zijn er allemaal betrokken bij uw behandeling?

<b>Specialistisch ouderengeneeskunde / verpleegkundig specialist</b>	De specialist ouderengeneeskunde is verantwoordelijk voor uw revalidatie. Hij is eindverantwoordelijk voor het revalidatieplan. Samen met de eerstverantwoordelijke van de afdeling is hij ook uw aanspreekpunt. Voor bijvoorbeeld wondverzorging werkt hij nauw samen met de verpleegkundig specialist.
<b>Zorgteam</b>	Op de afdeling is het zorgteam aanwezig. U hebt een contactverzorgende bij wie u met uw vragen terecht kunt. De zorg werkt nauw samen met de behandelaars die op de afdeling komen. Alles wat u op de afdeling doet is onderdeel van uw revalidatie. "Alles is revalideren" zoals al eerder benoemd is. De verzorging probeert u te ondersteunen, te stimuleren en te begeleiden waar nodig.
<b>Fysiotherapeut</b>	De fysiotherapeut bespreekt met u de revalidatiedoelen die u wilt gaan bereiken. Gedurende de revalidatie zal duidelijk worden wat u kunt bereiken. Tijdens het oefenen oefent u het zitten, het verplaatsen, het staan en lopen. Hierbij wordt vaak gebruik gemaakt van hulpmiddelen.
<b>Ergotherapeut</b>	De ergotherapeut helpt u om te gaan met de beperkingen die ontstaan zijn. U leert handelingen opnieuw uitvoeren waarbij u eventueel hulpmiddelen kunt gaan gebruiken. Er wordt, indien van toepassing, ook aandacht besteed aan uw cognitie. Er wordt geleerd volgorde aan te brengen in een activiteit en de activiteit weer opnieuw te organiseren. Bij terugkeer naar huis kunnen zij u ook advies geven over aanpassingen van de woning om weer zelfstandig thuis te kunnen functioneren.
<b>Logopedist</b>	Bij opname komt de logopedist het slikken beoordelen en zij geeft aan welke aanpassingen er moeten plaatsvinden in uw voeding of vocht. Daarnaast helpt zij u bij problemen met het praten. Dit kan bestaan uit het verbeteren van uw taal of spraak, maar ook het leren omgaan met hulpmiddelen die soms noodzakelijk zijn.
<b>Diëtist</b>	De diëtist bespreekt met u de gevolgen die door de CVA kunnen ontstaan. Door de mogelijke slikproblemen of een verminderde eetlust kan er ongewenst gewichtsverlies optreden. De diëtist overlegt met u welke problemen er zijn en stelt een op maat gemaakt voedingsadvies op eventueel aangevuld met diëtproducten.
<b>Psycholoog</b>	Na een beroerte zijn er vaak "onzichtbare" klachten die gevolgen hebben voor het dagelijks functioneren. Dit zijn problemen op het gebied van onthouden, denken, concentreren, waarnemen en handelen. Wellicht reageert u ook anders op uw omgeving dan voorheen. Met verschillende testen stelt de psycholoog vast wat de gevolgen van het CVA zijn. Het doel hiervan is om de behandeling goed op u te kunnen afstemmen. Dit is ook belangrijk voor uw revalidatieproces op de afdeling. Daarnaast kan zij u helpen in geval van stemmings- of verwerkingsproblematiek.
<b>Dagbestedingscoach</b>	De dagbestedingscoach komt bij u langs om te informeren aan welke activiteiten u behoefte heeft. Zij bieden activiteiten aan die een behandel functie hebben met een recreatief karakter.

