



# Poliklinische revalidatie behandeling

## — na een beroerte

U heeft een beroerte of CVA gehad. Bij een beroerte of CVA (Cerebro Vasculair Accident) is de bloedtoevoer in uw hersenen plotseling verstoord. Dit kan gebeuren door:

- afsluiting van een bloedvat in de hersenen. Dit is een herseninfarct.
- een scheurtje in een bloedvat in de hersenen. Dit is een hersenbloeding.

In beide gevallen krijgt een bepaald gedeelte van de hersenen geen zuurstof- en voedselrijk bloed meer. De hersencellen verdragen dit maar kort en raken beschadigd of sterven af.

### **Wat zijn de klachten?**

Bij een beroerte treden veel verschillende klachten op, afhankelijk van de plaats en de ernst van de beschadiging van de hersenen. Ze ontstaan meestal plotseling en verminderen vaak na enkele dagen of weken. Welke klachten blijven en hoe ernstig die zijn, verschilt van persoon tot persoon. De klachten hebben gevolgen voor uw sociale leven.

### **Lichamelijke klachten**

- verlamming in één helft van het lichaam (links of rechts)
- blindheid aan één helft van het gezichtsveld
- moeite met het spreken, onduidelijke spraak
- coördinatie- en evenwicht stoornissen
- vermoeidheid.

## **Psychische gevolgen**

- concentratie- en/of geheugenstoornissen
- problemen met het inschatten van ruimte en tijd
- moeite met plannen en organiseren
- problemen met het uitvoeren van normale dagelijkse handelingen zoals aankleden, koffie zetten
- moeite met de taal; de patiënt kan zelf de woorden niet vinden of begrijpt niet alles wat er wordt gezegd.

## **Veranderingen in gedrag**

- gebrek aan initiatief en interesse.
- overschatting van de eigen mogelijkheden of impulsief gedrag
- verandering in de stemming: extreem opgewekt (eufoor) of heel somber (depressief).

## **Doel van het programma**

Het doel van de revalidatie is om u te helpen met uw herstel en om u te leren omgaan met de gevolgen van de beroerte/CVA. Zodat u uw leven van voor de beroerte zoveel mogelijk weer kunt oppakken. Lukt dit niet, dan zoeken we samen met u naar andere activiteiten om uw dagelijks leven invulling te geven.

## **Natuurlijk herstel**

Tijdens de eerste maanden na de beroerte is het natuurlijk herstel het grootst. In die periode is de revalidatie bedoeld om het natuurlijk herstelproces te ondersteunen en te verbeteren. De revalidatie is dan gericht om de verlamde kant van uw lichaam te stimuleren en uw manier van lopen en praten te verbeteren.

## **Leren omgaan met de restverschijnselen**

Na die eerste periode is de kans op herstel van uw klachten kleiner. De nadruk ligt dan op het leren omgaan met de restverschijnselen van de beroerte. Daarbij besteden wij veel aandacht aan het gebruiken van uw sterke kanten.

In deze fase van de behandeling richt de revalidatie zich op het herstel van uw zelfstandigheid. Zodat u uw dagelijkse leven weer kunt oppakken met zo weinig mogelijk hulp van anderen. Daarvoor gaan we met u op zoek naar aanpassingen en hulpmiddelen waar dat nodig is. Bijvoorbeeld uw vervoer, uw vrijetijdsbesteding en werk.

## **Het behandelteam**

In het behandelteam zitten:

### **De revalidatiearts**

Hij bespreekt met u uw klachten en doet lichamelijk onderzoek. Samen met u bepaalt hij welke behandeling nodig is. Ook vertelt hij u welke behandelaars daarbij betrokken worden.

### **De fysiotherapeut**

Hij behandelt u als u problemen heeft met bewegen. U leert opnieuw te bewegen of uw bewegingen aan te passen, waardoor uw klachten verminderen. Uw conditie verbetert door de oefeningen. De fysiotherapeut besteedt ook aandacht aan vermoeidheid en het stellen van grenzen aan uw activiteiten.

### **De ergotherapeut**

Zij behandelt u zodat u uw dagelijkse dingen zo goed mogelijk kunt blijven doen in uw vrije tijd

of op uw werk. Zij geeft u advies over hulpmiddelen en het gebruik daarvan. Ook leert zij u om te gaan met vermoeidheidsklachten.

### **De logopedist**

Zij begeleidt u wanneer u problemen heeft met uw spraak, taal, stem, gehoor en mimiek. Ook helpt zij bij problemen met kauwen en slikken.

### **De maatschappelijk werker**

Zij begeleidt u bij het verwerken van uw ziekte of aandoening. Zij kan ook helpen bij het oplossen van psychosociale problemen. Ook begeleidt zij u bij praktische problemen.

### **De psycholoog**

Hij doet onderzoek naar eventuele psychische gevolgen en veranderingen in uw gedrag. Als het nodig is, geeft hij begeleiding en behandelt hij u.

## **Wanneer volgt u de poliklinische revalidatiebehandeling?**

- u heeft (recent) een beroerte gehad
- u heeft klachten en verschijnselen na de beroerte
- u kan veilig thuis zijn. Opname in een revalidatiecentrum is niet nodig
- uw conditie staat het toe om de poliklinische revalidatiebehandeling te volgen
- uw partner of een andere naaste kan u begeleiden en ondersteunen
- u bent gemotiveerd om te revalideren

## **Hoe ziet een behandelprogramma eruit?**

Een behandelprogramma heeft alleen effect wanneer zij is afgestemd op uw problemen en uw conditie. Na het eerste bezoek aan de revalidatiearts stelt hij uw behandelprogramma op. Het behandelprogramma is persoonlijk. Soms volgt u behandelingen samen met andere patiënten.

De leden van het behandelteam hebben ook een gesprek met u. Zij doen een onderzoek om zo een goed beeld van uw situatie te krijgen. Zij bespreken de mogelijkheden van behandeling met u. Ook stemmen zij de behandelingen op elkaar af.

Uw eigen inzet bij de behandeling is natuurlijk erg belangrijk. U krijgt de behandelingen een of meerdere keren per week. De tijden luiten zoveel mogelijk op elkaar aan. Soms is er afwisseling nodig tussen inspanning en ontspanning. Dan heeft u een rustpauze tussen de behandelingen.

Regelmatig bespreekt het behandelteam het verloop van de behandeling met elkaar en met u. Als het nodig is, stelt het behandelteam het programma bij.

## **Langzaam afbouwen**

De poliklinische revalidatiebehandeling wordt meestal langzaam afgebouwd. Niet alle therapieën stoppen op hetzelfde moment. Soms is het nodig om de behandeling te vervolgen in een praktijk voor fysiotherapie of logopedie bij u in de buurt.

Als de revalidatie gestopt is, komt u nog wel voor controle bij de revalidatiearts.

## De ziektekostenverzekering betaalt

De ziektekostenverzekering vergoedt de kosten van de poliklinische revalidatiedag-behandeling.

## Meer weten?

Wilt u meer weten over bijvoorbeeld behandel mogelijkheden, het maken van de eerste afspraak of het vervoer, belt u dan

- de polikliniek revalidatiegeneeskunde op telefoonnummer (023) 224 0085 of
- de paramedische dienst op telefoonnummer (023) 224 0005.

## Waar zijn we te vinden?

### Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

### Haarlem Noord

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)