

Behandeling

# Cognitieve problemen na niet-aangeboren hersenletsel

Bij mensen met niet-aangeboren hersenletsel (zoals een CVA) kan het denken veranderen.

U kunt bijvoorbeeld meer moeite hebben met het onthouden of met plannen. Deze problemen in het denken noemen we ook wel 'cognitieve stoornissen'. Soms vallen deze cognitieve stoornissen pas op als u na een opname weer thuis bent.

## Cognitieve stoornissen herkennen en wat kunt u doen?

### Hoe kunt u mogelijke cognitieve stoornissen herkennen?

In het ziekenhuis bekijken we al of u problemen heeft met het denken, maar sommige van deze problemen zijn in het ziekenhuis moeilijk te herkennen. U merkt pas dat er iets veranderd is als u thuis weer uw leven oppakt.

#### **Kenmerken zijn bijvoorbeeld:**

- Sneller moe zijn (in uw hoofd).
- Sneller hoofdpijn hebben.
- Moeite hebben met lang concentreren of u niet kunnen concentreren als er drukte om u heen is. Bijvoorbeeld als de radio aanstaat.
- Prikkelgevoeligheid: slecht tegen geluiden of licht kunnen. Dit kan bijvoorbeeld ook een computerscherm zijn.
- Meer moeite hebben met het oplossen van problemen.
- Maar 1 ding tegelijk kunnen doen en moeite hebben met meerdere dingen tegelijk doen.
- Langzamer zijn in reageren.
- Het missen van belangrijke details.
- Het overzicht kwijt raken.
- Moeite hebben om de aandacht bij 1 taak te houden en hierdoor taken niet direct af te maken.
- Sneller afgeleid zijn.

#### **Belangrijk**

Iedereen is anders. Het gaat erom of u in het denken en in uw handelen *veranderd* bent na het niet-aangeboren hersenletsel.

### Wat kunt u doen bij cognitieve stoornissen?

- Merkt u thuis verschil in het denken en vindt het fijn vindt om hier hulp bij te krijgen? Dan kan ergotherapie u helpen.
- Een ergotherapeut zoekt uit van welke cognitieve stoornis u last heeft. Daarna zoekt de ergotherapeut met u naar manieren om deze stoornis te compenseren, zodat u uw activiteiten weer zo goed mogelijk uit kunt voeren.
- Soms kan training voor verbetering zorgen. Het is altijd mogelijk om te zoeken naar manieren waarop u het minste last heeft van deze problemen.

## Hoe kunt u hulp inschakelen?

Voor het starten van ergotherapie kunt u contact opnemen met een ergotherapiepraktijk, of een verwijzing vragen aan de huisarts, neuroloog of revalidatiearts.

## Betrokken afdelingen

Ergotherapie (<http://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/ergotherapie>)

Code PMD-400