Behandeling

Verminderen van prikkels bij niet aangeboren hersenletsel (NAH)

Veel mensen met Niet-Aangeboren Hersenletsel (NAH) ervaren moeilijkheden bij het verwerken van prikkels.

Bij NAH kunnen de hersenen minder goed filteren, waardoor prikkels minder goed en/of snel binnenkomen. Daarom is het belangrijk om een goede balans te vinden tussen rust en activiteit. In deze folder vinden u en uw naaste tips en adviezen om uw herstel zo goed mogelijk te bevorderen, tijdens uw opname.

Tips en adviezen om prikkels te verminderen tijdens opname

Patiënten met NAH

- Sluit uw kamerdeur als dat meer rust geeft.
- Gebruik een koptelefoon om rustige muziek te luisteren.
- U mag radio luisteren en TV kijken. Probeer hier aan te wennen en begin met maximaal 15 minuten per keer.
- Sluit de gordijnen bij fel zonlicht.
- Laat uw naasten naar het licht toe zitten, u gaat zelf met uw rug naar het licht zitten.
- Neem mee of laat iemand van thuis vertrouwde spullen meenemen, zoals foto's, geurtjes, toiletspullen enzovoort.
- Houdt zoveel mogelijk uw dag- nachtritme aan.
- Wissel activiteiten en rust goed af.
- Gebruik uw telefoon niet te lang of te veel achter elkaar. U kunt meldingen eventueel uitzetten.

Naasten van patiënten met NAH

Het is belangrijk dat u er rekening mee houdt dat uw naaste moeite kan hebben met prikkels. Dit betekent natuurlijk niet dat er geen bezoek meer mag komen, maar er zijn wel een paar dingen waar u rekening mee kunt houden.

- Probeer als u op bezoek bent om niet door elkaar heen te praten, maar praat na elkaar.
- Ga zelf naar het licht toe zitten, zodat uw naaste met zijn rug naar het licht zit.
- Ga op ooghoogte zitten om te praten met uw naaste.
- Het is belangrijk om uw naaste rust te gunnen. Zorg er bijvoorbeeld voor dat u rustig aanwezig bent.
- Zet uw telefoon op stil/trillen om onnodige prikkels te voorkomen.

Heeft u nog vragen?

Als u vragen heeft dan kunt u die stellen aan de verpleegkundige op de verpleegafdeling Neurologie.

Betrokken afdelingen

Neurologie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/neurologie)

Code NEU-152

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis