

TIA / Beroerte

Aandachtspunten

Neurologie



Ondanks dat artsen en verpleegkundigen veel met u hebben besproken, merken we, dat als het moment nadert dat u naar huis kunt, er nog vaak vragen en onduidelijkheden zijn. Door de volgende informatie hopen wij een aantal onduidelijkheden op te helderen.

Na een beroerte

Mensen richten zich in eerste instantie vaak op de lichamelijke, zichtbare gevolgen van een beroerte. De onzichtbare gevolgen, bijvoorbeeld veranderingen in gedrag, krijgen met name in het begin veel minder aandacht. Deze gevolgen zijn – afhankelijk van de ernst en de plaats van de beroerte – vaak pas op langere termijn merkbaar. Het is daarom belangrijk om ook even stil te staan bij de niet zichtbare gevolgen van een beroerte.

Afhankelijk van de beroerte kunnen de volgende (onzichtbare) gevolgen aanwezig zijn:

- Alledaagse activiteiten zoals lezen, muziek luisteren of een gesprek voeren kunnen, moeilijker zijn.
- Concentratie en het geheugen kunnen u in de steek laten.
- Problemen hebben met twee of meerdere dingen tegelijk doen.
- Verlies van ruimtelijk inzicht.
- Niet meer weten hoe iets aangepakt moet worden bij het uitvoeren van activiteiten waar verschillende stappen aan te pas komen. Het hoofd werkt niet mee, dit kan erg frustrerend zijn.
- Na een jaar kunnen nog stoornissen aanwezig zijn met geheugen, aandacht, ruimtelijk inzicht en taal (cognitieve stoornis).
- Overschatten van de eigen mogelijkheden.
- Waardigheidsverlies.
- Langzaam en onzeker gedrag.
- Vermoeid zijn, omdat het niet lukt om het tempo van de wereld om u heen bij te houden.
- Vaak verdraagt u minder goed licht en/of lawaai.

- U kunt anders reageren omdat u bepaalde gevoelens minder goed in de hand heeft. Dit kan worden geuit in:
 - agressief gedrag
 - passief gedrag
 - depressief gedrag
 - emotionele overgevoeligheid

Lichamelijke / zichtbare gevolgen kunnen zijn:

- incontinentie
- afasie (moeite met spreken)
- verlamming
- verwaarlozing van de verlamde zijde (neglect)
- schouderpijn als gevolg van de verlamming
- veranderingen bij intimiteit / seksualiteit

Door een verminderd ziekte-inzicht bemerkt u niet altijd dat u veranderd bent. Deze veranderingen maakt het soms moeilijk voor uw naasten om hiermee om te gaan.

Aandachtspunten voor thuis

- Indien noodzakelijk is een controle-afspraken bij de neuroloog gemaakt.
- Laat regelmatig de bloeddruk, het cholesterolgehalte en de bloedsuiker door de huisarts controleren. Dit kan worden besproken met de huisarts.
- Probeer stress te vermijden, zorg voor voldoende ontspanning.
- Roken is een risicofactor. U kunt eventueel hulp vragen bij het stoppen met roken. Bespreek dit met uw huisarts.
In het ziekenhuis is een Rook-Stop-Poli. Zie:
www.sjgweert.nl/patienten/afdelingen-en-specialismen/rook-stop-poli.html
Bel voor een afspraak, 0495 - 57 21 90.
Meer informatie vindt u in de folder 'Rook-Stop-Poli'.
- Zorg voor een afwisselende gezonde voeding volgens de schijf van vijf.
Zie www.voedingscentrum.nl
- Let op uw gewicht en zorg voor voldoende lichaamsbeweging, minimaal een half uur per dag.
- Suikerziekte kan de bloedvaten beschadigen, heeft u suikerziekte, let dan op uw bloedsuikerspiegel!

- Beperk het alcoholgebruik. Vrouwen maximaal 1 eenheid (glas) per dag, mannen maximaal 2 eenheden per dag.
- Blijf de medicijnen die door de neuroloog zijn voorgeschreven gebruiken. Dit zijn vaak antistollingsmiddelen, bloeddruk- en cholesterolverlagende middelen.
- Tot ongeveer een jaar na een beroerte kunnen nog verbeteringen optreden. Hierbij zijn uitzonderingen mogelijk, elk mens is anders.
- Blijf trouw aan uw therapie zoals: revalidatie, logopedie, ergotherapie en fysiotherapie.

Zwangerschap

Heeft u op jonge leeftijd een beroerte gehad en nog een kinderwens, dan adviseren wij u dit te bespreken met de huisarts, neuroloog of gynaecoloog. Het is wel mogelijk om kinderen te krijgen, maar dit moet individueel bekeken worden.

Vliegen na een beroerte

Zijn er reisplannen, overleg dit met uw neuroloog.

Ter informatie, regeling KLM medische dienst:

- Na een TIA hanteert de KLM een vliegverbod van 1-2 dagen.
- Na een herseninfarct hanteert KLM een vliegverbod van 7 dagen.
- Na een hersenbloeding hanteert KLM een vliegverbod van 14 dagen.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de medische dienst van uw vliegmaatschappij. Over het algemeen zal er een verbod zijn van 14 dagen.

Autorijden

Er is geen wettelijke meldingsplicht zoals in andere Europese landen en de overheid (Ministerie van Verkeer en Waterstaat) gaat uit van het verantwoordelijkheidsbesef van de rijbewijsbezitter.

De rijbewijsbezitter moet zelf aangeven bij het CBR dat hij/zij een beroerte heeft gehad.

In de regels die het CBR toepast staat dat men na het krijgen van een beroerte de eerste 6 maanden geen auto of motor mag besturen.

Als men in deze periode toch gaat rijden en een aanrijding krijgt, keert de verzekering niet uit.

Na een TIA zijn er geen regels, maar wordt geadviseerd om de eerste 6 weken geen auto te rijden omdat een kans op herhaling van een TIA reëel aanwezig is.

Om na 6 maanden na de beroerte weer te mogen rijden is een verklaring nodig van een onafhankelijke neuroloog of revalidatiearts. Deze beoordeelt of een rijtest nodig is om weer te mogen autorijden.

Neem altijd contact op met het CBR!

Verenigingen

Er bestaan verschillende verenigingen voor informatie of om ervaringen uit te wisselen:

CVA-vereniging 'samen verder'

<http://www.cva-samenverder.nl>

Limburg: 088 - 38 38 300

MEE (leven met een beperking)

<http://www.mee.nl>

Landelijk: 0900 - 999 88 88

Breincafé Midden Limburg

<http://limburg.cvaregio.nl/agenda.html>

Weert contactpersoon: 0495 - 54 46 58

Afasie Vereniging Nederland

<http://www.afasie.nl>

Landelijk: 026 - 35 12 512

Hartstichting Nederland

<http://www.hartstichting.nl>

Informatielijn: 0900 - 3000 300

Mantelzorgondersteuning Midden-Limburg

<http://www.informe Zorg.org>

Steunpunt Weert: 0495 - 69 79 00

Heeft u nog vragen?

Heeft u nog vragen neem dan contact op met de poli Neurologie.

Telefoon: 0495 - 57 21 81.

R215.09 2011-06

1207870

