



Sint Maartenskliniek

Brein in Beweging

Brein in Beweging biedt diagnostiek, training en behandeling voor mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) die de lichamelijke revalidatie al hebben afgerond.

De Brein in Beweging-behandeling richt zich namelijk vooral op de 'onzichtbare' gevolgen van hersenletsel. U bereikt hierbij het meeste effect als u het letsel al enige tijd (zes maanden tot een jaar) heeft. Dit noemen we de chronische fase. Deze kenmerkt zich vooral doordat u dan niet meer spontaan verder herstelt. Voortdurend breiden wij het behandelprogramma uit met nieuwe onderdelen en onderzoeken we de effectiviteit. U kunt er dus op vertrouwen dat u bij Brein in Beweging de best denkbare zorg krijgt.

De behandeling

U start met de diagnostiekfase. Het doel van de diagnostiekfase is een zo volledig mogelijk beeld krijgen van uw hulpvraag, klachten en mogelijke doelen voor uw behandeling. We doen dit door middel van lichamelijk onderzoek, oefeningen, vragenlijsten en gesprekken.

Op basis van de diagnostiekfase zal door het team een voorstel voor behandeling of eventueel doorverwijzing gedaan worden.

Uw behandeling bestaat vervolgens uit verschillende groepsbehandelingen (modules) waarin aan verschillende doelen wordt gewerkt. Afhankelijk van uw situatie en in overleg met u wordt bepaald waaraan gewerkt wordt.

De modules

Voorlichting en inzicht

In deze module krijgt u voorlichting over cognitieve en emotionele gevolgen van hersenletsel. Aan het einde van deze module heeft u goed inzicht in de gevolgen voor uzelf en hoe u hierin de behandeling aan kunt werken. U kunt dan ook goed aan uw naasten (familie, vrienden, collega's) uitleggen wat bij hoe precies de gevolgen zijn van uw hersenletsel. Deze module vindt plaats in de eerste fase.

Fysieke fitheid

In deze module wordt gewerkt aan het verbeteren van uw conditie en fitheid. Deze module vindt plaats in de eerste en tweede fase van de behandeling. Voor deze module is het belangrijk dat u sportkleding meeneemt.

Balans in belastbaarheid

In deze module leert u inzicht krijgen in de oorzaken en gevolgen van een veranderde belastbaarheid en vermoeidheid na hersenletsel. In de tweede fase gaat u leren uw (veranderde) belastbaarheid weer in balans te brengen en met vermoeidheid om te gaan.

Arbeid

In deze module krijgt u veel informatie over werken met en/of re-integreren in werk na hersenletsel. U ontwikkelt kennis over de rechten en plichten zowel u als uw werkgever hebben om te komen tot re-integratie en wat u zelf kan doen om zo succesvol mogelijk uw werk te hervatten. Deze module vindt plaats in de eerste behandelingsfase.

Leren van het lichaam

Tijdens deze module gaat u opnieuw kennis maken met uw lijf, zowel fysiek als mentaal. U leert welke belastbaarheidssignalen er zijn en kunt deze op waarde schatten. U leert ook welke factoren van invloed zijn op uw belastbaarheid. Deze module vindt meestal plaats in de eerste behandelingsfase.

Cognitieve compensatie

In module leert u hoe u uzelf kan ondersteunen als u -in dagelijkse situaties- aanloopt tegen tijdsdruk, het snel moeten verwerken van informatie en/of problemen met u geheugen. U leert met specifieke strategieën compenseren voor uw cognitieve problemen of stoornissen. Deze module vindt plaats in de tweede fase van de behandeling.

Praktische informatie

- Deze fase duurt [periode]
- Deze fase wordt uitgevoerd door [type zorgverlener]
- Indien behandeling van toepassing is houden we twee stopweken na de diagnostiek aan. In de derde week na de diagnostiek starten de behandelingen.

- Het kan zijn dat uw behandeling nog na de twee fases van zes behandelweken individueel doorloopt als dat nodig is voor het behalen van uw behandeldoelen. Dit bespreken we met u.
- U krijgt per module instructiemateriaal aangeboden.
- De behandeling wordt zowel op locatie als via Telerevalidatie gegeven.
- Vergeet niet om tijdig met uw werkgever uw deelname te bespreken.

Vragenlijsten

Onderdeel van onze revalidatiezorg is het evalueren van uw revalidatiebehandeling. Hiervoor vragen wij u en indien van toepassing uw mantelzorger om voor en na de ontvangen revalidatiebehandeling een aantal vragen te beantwoorden. U krijgt de vragenlijsten thuis gestuurd via de mail. In totaal vragen wij u 4 keer de vragenlijst in te vullen; voor behandeling, na behandeling, 3 maanden na behandeling en een jaar na behandeling. Met behulp van deze resultaten biedt u ons de kans de revalidatiebehandeling te evalueren en waar nodig te verbeteren.