Informatie na klinische les over NAH

# Wat is NAH

Niet-aangeboren hersenletsel of NAH is schade aan de hersenen, ontstaan in de loop van het leven en is in te delen in twee soorten:

traumatisch hersenletsel

niet-traumatisch hersenletsel.

# Oorzaken

* **Traumatisch**
* **Zonder schedelletsel:**
* (Verkeers)ongeval;
* val;
* zwaar voorwerp tegen het hoofd;
* klap tegen het hoofd;
* shaken baby-syndroom.
* **Met schedelletsel:**
* Binnendringen van botgedeeltes als gevolg van schedelbreuk;
* binnendringen van een voorwerp, zoals een kogel, steekwapen of ijzeren voorwerp
* **Niet- traumatisch**
* Beroerte (CVA):
* herseninfarct (afsluiting bloedvat);
* hersenbloeding;
* infectie:
* hersenen (encefalitis);
* hersenvliezen (meningitis);
* bloed (sepsis);
* gezwel/tumor;
* vergiftiging/intoxicatie (drugs, alcohol);
* zuurstofgebrek (hypoxie/anoxie), ten gevolge van:
* hartstilstand;
* bijna-verdrinking;
* afsluiting luchtpijp;
* rookvergiftiging;
* epilepsie;
* waterhoofd/hydrocephalus;
* stofwisselingsaandoeningen;

# Gevolgen

* Cognitief
* Gevolgen op gebied van communicatie
* Emotionele gevolgen
* lichamelijk en functionele gevolgen

# Begeleidings adviezen

* Rust
* Regelmaat
* Orde
* overzichtelijkheid zijn de basisvoorwaarden voor iedereen met hersenletsel.
* Creëer je eigen plek (in eigen huis of zelfs een logeerplek) om terug te trekken, te ontprikkelen
* Alles kost inspanning ...alles kost energie .. vreet energie....
* Communiceer: het is geen onwil als je (...) (iets vergeten bent, te moe bent, je 'anders' gedraagt en zie verder alle onzichtbare gevolgen)
* Gebruik een checklist wat je niet moet vergeten en werk die af
* geef alles een vaste plek
* gebruik (kleuren-)stickers om dingen uit elkaar te houden
* maak je huis (of eigen plek) prikkelarm en geordend eventueel samen met iemand
* heb je last van het felle licht op je computer, telefoon, iPhone of iPad? Download gratis f.lux software die het licht aanpast!
* wissel inspanning met ontspanning regelmatig af
* plan niet teveel op één dag
* plan rustdagen in
* houd een vaste routine aan voor zowel de dag als per week, weekplanning en dagplanning
* las vaste pauzes in