

Behandelprogramma

Licht traumatisch hersenletsel



teamrevalidatie
ergotherapie - logopedie - fysiotherapie

Behandelprogramma:

Ons behandelprogramma bestaat uit drie fasen:

- Intake
- Balansfase
- Opbouwfase

Intake:

De intake vindt plaats bij de ergotherapeut en bestaat uit, naast de gebruikelijke vragen, het uitvragen van prognostische factoren en het geven van voorlichting. Aan het eind van de intake wordt een (grof) plan besproken met de interventies die nuttig lijken.

Balansfase:

Na de intake is een voorwaardelijke fase, wij noemen dit de balansfase, nodig alvorens gradueel op te kunnen bouwen. In deze voorwaardelijke fase moet de balans weer op orde en op passend niveau. Er moet ruimte komen voor rust en ontspanning om de balans van het autonome zenuwstelsel weer op orde te krijgen. Hier helpt de ergotherapeut voornamelijk bij.

Onze screenings fysiotherapeut gaat in de balans fase aan de slag met de zogenaamde behandelbare “in standhoudende factoren”: vestibulaire functies (BPPD), neurogene spierspanning en visus. Zo nodig wordt vastgesteld of een doorverwijzing naar de neuro optometrist, coach of psycholoog aanvullend kan zijn.

Opbouwfase:

Heel geleidelijk wordt de opbouwfase ingegaan. Aan de hand van graded activity en graded exposure, oftewel gedoseerde activatie, wordt de algemene belastbaarheid weer opgeschroefd. Hiervoor wordt muziektherapie ingezet, onze “opbouw fysiotherapie” en ergotherapie.

De muziektherapeut zet muziek als middel in. In het programma RGM bij PCS worden de hersenen getraind om zich weer te kunnen inspannen, concentreren, prikkels te verwerken en hiervan te herstellen. De oefeningen hebben een multi-sensorisch karakter en bestaat uit oefeningen in de praktijk ook uit oefeningen voor thuis. De oefeningen worden opgebouwd van eenvoudig naar steeds moeilijker. De RGM start met 4 individuele oefensessies, gecombineerd met maximaal dagelijks en minimaal 3 keer in de week thuis oefeningen. Daarna wekelijks in groepsverband gedurende 6 weken.

De fysiotherapeut zet in deze fase “het bewegen” in als middel voor toegenomen fysieke belastbaarheid en onbevangen bewegen en is gericht op het integreren van visuele, vestibulaire en somatosensore systemen.

De ergotherapeut zet “de dagelijkse activiteiten” in om belastbaarheid op het gebied van prikkelverwerking en cognitieve functies op te bouwen. De frequentie bij de ergotherapeut is in deze fase op behoefte en minder frequent. De client krijgt van de ergotherapeut oefeningen voor thuis en moet dit zelf thuis doen.

Eind van de behandeling:

Aan de het einde van de behandeling is de cliënt zo goed hersteld, dat hij/ zij zelf goed verder kan om de resterende doelen te behalen. Soms is het na ons programma nodig een doorstart te maken in de zogenaamde tweede lijn. Goed om te weten dat wij korte lijnen hebben met de revalidatiegeneeskunde van het Spaarne Gasthuis.

Onze behandeling per discipline:

Ergotherapie:

De ergotherapeut voert de intake uit en is bij alle fasen in het programma betrokken. In het begin van het programma voor een adequate basisbalans in belasting/ belastbaarheid zonder structurele overbelasting, adequate grenshantering en inpassen van de juiste rust/ herstelmomenten. Ook start ergotherapie met principes uit de sensorische integratie therapie op basis van de Assit- methode. Overprikkeling kunnen dempen en reguleren is hierbij het doel. Tot slot biedt de ergotherapeut begeleiding bij het opbouwen van dagelijkse activiteiten, waaronder werk.

Orofaciale manuele fysiotherapie:

De orofaciale manuele fysiotherapeut start in de balansfase, voert lichamelijk onderzoek uit om de zogenaamde “behandelbare grootheden” op te sporen. Interventies worden ingezet om deze eenheden te behandelen, waarbij oefeningen voor thuis, een belangrijk onderdeel is.

Muziektherapie:

RGM (de Ronnie Gardener Methode) is een oefenmethode die de hersenen activeert. Met behulp van muziek, ritme en oefeningen die in symbolen zijn uitgeschreven, worden bewegen, cognitie en spraak gestimuleerd. Bij het luisteren naar muziek zijn veel hersengebieden betrokken. Geen wonder dat steeds meer wetenschappelijke studies aantonen dat muziek een zeer krachtig medium is om de hersenen te activeren. Wij hebben inmiddels een zeer positieve ervaring met de inzet van deze interventie. Naast dat het een leuke vrolijke manier van therapie volgen is, is het lotgenoten contact hierbij van onschatbare waarde.

Opbouw Fysiotherapie:

In de eerste balansfase wordt fysiotherapie ingezet om zogenaamde instandhoudende factoren op te sporen en zo nodig te behandelen, bijvoorbeeld neurogene spierspanning of BPPD. In de opbouwfase wordt fysiotherapie voor de opbouw van belastbaarheid aangeboden. Bewegen is namelijk ook een krachtige manier om de hersenen te activeren. Onderzoeken laten zien dat onder invloed van lichaamsbeweging, de hoeveelheid grijze en witte stof in de hersenen toeneemt, het frontale gedeelte van de hersenen beter doorbloed raakt en dat er krachtiger neurale netwerken ontstaan. Onze fysiotherapeuten zijn ervaren met het beeld en combineren ook bewegen weer met het opbouwen van prikkel en stimuleren de mentale belastbaarheid.

Eventueel aanvullend:

Zo nodig kunnen de volgende disciplines worden geadviseerd om ook betrokken te zijn bij de behandeling:

Neuro optometrist:

Visuele klachten komen veel voor bij Licht Traumatische Hersenletsels. Zoals hoofdpijn, wazig en of dubbelzien, veel meer moeite met lees- en beeldschermwerk, last van bewegende dingen zien of doen, gevoelig voor licht en geluid, last in drukke ruimtes, moeite met autorijden, concentratie klachten en lichamelijke balans- en spierklachten. Veel cliënten kunnen wel goed zien maar niet fijn kijken. Bij een groot deel van hersenactiviteit is het zien betrokken en vaak dominant. Zien is ons belangrijkste zintuig en de belangrijkste informatiebron voor ons brein. Daarnaast speelt de huidige drukke leefomgeving een grote rol. Vooral de digitalisering van de maatschappij is enorm visueel belastend voor de mens. Dit betekent dat een stoornis in visuele vaardigheden en oogsamenwerking grote gevolgen kan hebben op de kwaliteit van leven. Een Neuro optometrist kijkt niet alleen naar de

gezondheid van de ogen, maar onderzoekt vooral de visuele functies. Dit zijn o.a. oogsterkte, oogbewegingen, ogen kunnen richten, scherpstelling en oogsamenwerking. Daarnaast onderzoekt hij hoe de andere zintuigen en lichamelijke reflexen met elkaar communiceren.

Coaching/ counseling:

De impact van een licht traumatisch hersenletsel is vaak groot. De last van de onzichtbare gevolgen, de twijfel of het wel goed gaat komen, het verlies van de rollen in je leven waar je juist je identiteit op baseert, het speelt allemaal een rol. En dat terwijl je juist voor herstel richting ontspanning, loslaten, acceptatie en vertrouwen moet gaan.

Wij adviseren dan ook altijd om psychische ondersteuning te ontvangen. Onze coach/ counselor biedt integratieve counseling, dat zich richt op jouw emotionele herstel om jouw diepere psychologische patronen te herkennen en te begrijpen. Verschillende methodes, zoals bijvoorbeeld EMDR, cognitieve gedragstherapie kunnen hierbij worden ingezet, om je te leren hoe je hiermee om kunt gaan.

Vergoedingen:

Ergotherapie:

Ergotherapie zit in het basispakket, dit betekent dat de behandelingen voor iedereen worden vergoed, maar houd er rekening mee dat dit eerst ten koste gaat van de “eigen bijdrage”. Daarnaast wordt ergotherapie maximaal 10 uur per kalenderjaar vergoed. Sommige mensen hebben in een aanvullende verzekering een paar uur extra. Informeer ook hiervoor de zorgverzekeraar

Orofaciale manuele fysiotherapie:

Bij onze orofaciaal manuele fysiotherapie moet u rekening houden met eigen kosten. De factuur van deze screenings krijgt u thuis opgestuurd. Informeer bij uw zorgverzekeraar of u en zo ja, hoeveel u vergoed krijgt.

Muziektherapie:

Deze sessies worden gedeclareerd als reguliere oefentherapie/ logopedie.

Fysiotherapie in de opbouwfase:

Vergoedingen fysiotherapie vallen in het aanvullende pakket. Het verschilt per verzekering wat u hiervan vergoed krijgt. Informeer bij uw zorgverzekeraar.

Neuro optometrist:

De kosten van de screening en behandelingen van de neuro optometrist vallen niet onder de vergoeding vanuit de zorgverzekering.

Coach/ counselor:

Afhankelijk van de zorgverzekering die u heeft afgesloten krijgt u een gedeelte van de kosten terug. Onze coach biedt een vrijblijvende intake aan.