

## Schedeltrauma

U bent bij ons behandeld of opgenomen voor de behandeling van een trauma aan het hoofd. Tijdens een bezoek aan het ziekenhuis gebeurt er veel. In deze brief geven wij u de belangrijkste informatie mee, zodat u die thuis nog eens kunt doorlezen. Wij adviseren u om deze brief mee te nemen bij de bezoeken aan uw huisarts of specialist.

### Wat is een trauma aan het hoofd?

Onder traumatisch hersenletsel verstaan we een beschadiging van de hersenen door een oorzaak buiten het lichaam. De beschadiging ontstaat bijvoorbeeld door een val, een klap op het hoofd of een verkeersongeval. De beschadiging heeft tot gevolg dat hersencellen, bloedvaten en zenuwbanen kapot gaan. Daardoor ontstaat een zwelling in de hersenen, soms in combinatie met een bloedingstorting.

### Oorzaken traumatisch hersenletsel

#### Zonder schedelletsel

- (Verkeers)ongeval;
- Val van de trap;
- Zwaar voorwerp tegen het hoofd;

- Klap tegen het hoofd door bijvoorbeeld bij een vechtpartij;
- Shaken baby-syndroom.

## Met schedelletsel

- Binnendringen van botgedeeltes als gevolg van schedelbreuk;
- Binnendringen van een voorwerp, zoals een kogel, steekwapen of ijzeren voorwerp.

## Gevolgen traumatisch hersenletsel

Bij licht traumatisch letsel (zoals een hersenschudding ) zijn er meestal geen blijvende gevolgen. U herstelt thuis, soms na een bezoek aan de huisarts of de afdeling spoedeisende hulp (SEH) in het ziekenhuis. Vaak kunt u na een paar dagen of weken uw normale leven weer oppakken.

Soms ontstaan later toch nog klachten waarvoor behandeling nodig is. Bij middelzwaar of ernstig traumatisch letsel ( hersenkneuzing ) is de kans op blijvende beschadigingen groter. Mensen hebben soms behandeling en revalidatie nodig om de gevolgen zoveel mogelijk te beperken en ermee om te leren gaan.

## Zichtbare lichamelijke gevolgen

- Hemiplegie: verlamming van één zijde van het lichaam;
- Hemiparese: gedeeltelijke verlamming of verlies van spierkracht aan één zijde van het lichaam;

- Halfzijdige gevoelsstoornissen (vrijwel altijd aan de kant van de verlamming). Per persoon kan het verschillen welk gevoel verminderd is (pijn, warmte, koude, houding, beweging, tast);
- Hemianopsie: één helft van het gezichtsveld is uitgevallen. De oorzaak ligt in de hersenbeschadiging, er is niets mis met de ogen;
- Incontinentie of niet goed uit kunnen plassen;

## Onzichtbare cognitieve gevolgen

Deze gevolgen kunnen ook ontstaan zonder aangetoond hersenletsel:

- Hoofdpijn
- Duizeligheid
- Aandacht- en concentratiestoornissen: moeite met concentreren en verdelen van aandacht; tragere snelheid van denken en informatieverwerking;
- Overgevoeligheid voor externe prikkels: overgevoelig voor geluid ( hyperacusis ), lichtovergevoeligheid;
- Geheugenstoornissen: opgeslagen informatie niet meer (goed) kunnen oproepen; problemen met opslaan van informatie in het kortetermijn- en/of langetermijngeheugen, voorwerpen of gezichten niet meer kunnen herkennen (agnosie);

- Stoornissen in de planning en uitvoering van doelgerichte activiteiten: problemen met het formuleren van doelen; moeite met meervoudige dagelijkse activiteiten zoals koffiezetten of koken (apraxie);
- Constante vermoeidheid: 70% van de getroffen personen heeft last van vermoeidheid, die ongewoon en extreem is. Deze vermoeidheid kan niet in verband gebracht worden met inspanning en is van lange duur.
- Bovenstaande gevolgen kunnen optreden bij diverse vormen van hersenletsel. De gevolgen zijn voor ieder individu anders, en kunnen in meer of mindere mate optreden. Niet iedereen krijgt met alle gevolgen te maken.

Om te voorkomen dat deze klachten lang aanhouden en om de klachten te verminderen, volgen hier een aantal algemene adviezen:

- Houd een vast dagritme aan:
  - Sta dagelijks op hetzelfde tijdstip op
  - Eet de 3 hoofdmaaltijden dagelijks rond hetzelfde tijdstip
  - Ga op hetzelfde tijdstip slapen
  - Neem dagelijks een uur rust na de lunch (in elk geval niet na 3 uur 's middags)
- Gebruik bijvoorbeeld de agenda op uw telefoon om aan vaste tijdstippen herinnerd te worden.
- Zorg dat u minimaal 8 uur per nacht kunt slapen.

- Zorg voor een korte pauze van 10-15 minuten na elk uur dat u bezig bent geweest.
- Als u merkt dat u erg moe bent na een activiteit, hebt u mogelijk teveel gedaan. Soms kan vermoeidheid erger worden bij te weinig doen. Probeer een dagboekje bij te houden wanneer u klachten heeft en welke activiteiten u had ondernomen. U kunt daarmee proberen te achterhalen wat de oorzaak van de vermoeidheid kan zijn.
- Gebruik een hulpmiddel als geheugensteun, bijvoorbeeld een agenda, notitieboekje, post-its, of uw telefoon.
- Beperkt activiteiten met schermen zoals TV kijken, computeren, veel op de tablet of telefoon zitten; dit geeft meer prikkels dan u verwacht.
- Probeer blootstelling aan prikkels zoals licht en geluid langzaam weer op te bouwen. Het is belangrijk hier weer aan te kunnen wennen.
- Overmatige bedrust is onverstandig. Dit kan uw klachten zelfs verergeren.

## Na uw opname of bezoek

De eerste 24 uur na uw ontslag kunt u bij problemen contact opnemen met de afdeling neurologie op telefoonnummer 079-3462319.

Bent u langer dan 24 uur uit het ziekenhuis ontslagen dan kunt u contact opnemen met uw huisarts: hij of zij zal u eventueel verder helpen.

Na uw bezoek aan de eerste hulp kunt u bij problemen tijdens kantooruren contact opnemen met de polikliniek neurologie op telefoonnummer 079-3462563

Buiten kantoortijden kunt u contact opnemen met de huisartsenpost van uw eigen huisarts. (079) 346 2563 (079) 346 2563.

---

## **Wat vindt u van deze patiënteninformatie?**

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

### **Spreekt u geen of slecht Nederlands?**

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

### **Do you speak Dutch poorly or not at all?**

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

## Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

## Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

547906032025