

# Dwarslaesie en revalidatie

## Wat is een dwarslaesie?

Een dwarslaesie is een beschadiging van het ruggenmerg. Door het ruggenmerg lopen heel veel zenuwbanen. Een beschadiging (laesie) van deze zenuwbanen verbreekt het contact tussen hersenen, zenuwen, spieren en organen en heeft ernstige gevolgen. De spieren onder het niveau van de beschadiging ontvangen geen impulsen meer van de hersenen, waardoor ze verlamd zijn. De huid en de organen geven geen signalen meer aan de hersenen, met als gevolg gevoelloosheid en een gestoorde werking van bijvoorbeeld blaas, darmen en geslachtsorganen. De plaats van de beschadiging bepaalt tot welke hoogte in het lichaam er functieverlies is (hoge of lage dwarslaesie). De aard van de beschadiging bepaalt of er volledig of gedeeltelijk functieverlies is (complete of incomplete dwarslaesie).

## Expertise

De Hoogstraat is het dwarslaesiecentrum van Midden-Nederland en 1 van de 8 centra in Nederland die gespecialiseerd zijn in dwarslaesierevalidatie. De kennis en ervaring op het gebied van dwarslaesie hebben we gebundeld in gespecialiseerde behandelteams.

Vanuit het Kenniscentrum Revalidatiegeneeskunde Utrecht doen we veel aan onderzoek en innovatie op het gebied van dwarslaesie. Met de uitkomsten vernieuwen we de zorg continu; we leveren revalidatiebehandeling volgens de laatste ontwikkelingen en op hoog niveau.



Kenniscentrum Revalidatiegeneeskunde Utrecht

## Klinische en poliklinische behandeling

Als u recent een dwarslaesie heeft gekregen, wordt u vanuit het ziekenhuis overgeplaatst naar De Hoogstraat. Net als in het ziekenhuis verblijft u in eerste instantie dag en nacht bij ons. Zodra het mogelijk is, gaat u in het weekend naar huis. Dit geeft u inzicht in de mogelijkheden in uw eigen omgeving en u ervaart waar u nog aan kunt werken om weer zo zelfstandig mogelijk te functioneren. De ervaring die u opdoet tijdens het weekend thuis geeft dus informatie die van belang is voor uw revalidatie.

Na de opname wordt de behandeling meestal poliklinisch voortgezet. U komt dan een paar keer per week naar De Hoogstraat. Het is ook mogelijk dat we u na de opname naar een revalidatiecentrum of een praktijk bij u in de buurt verwijzen. Wij zorgen dan voor een goede overdracht.



## Behandelteam

U krijgt behandeling en advies van een team van behandelaars die gespecialiseerd zijn in dwarslaesierevalidatie. Het team staat onder leiding van een revalidatiearts en bestaat o.a. uit verpleging, een fysiotherapeut, ergotherapeut, maatschappelijk werker, logopedist, sporttherapeut, psycholoog en revalidatietechnicus. U wordt tijdens de klinische en poliklinische revalidatie door hetzelfde team begeleid.


## Behandelvragen

U kunt met allerlei vragen bij ons terecht. We geven een paar voorbeelden om u een idee te geven:

**Dagelijks leven:** Wat heb ik nodig om zo zelfstandig mogelijk te worden? Kan ik me zelf aan- en uitkleden of heb ik hulp van de thuiszorg nodig? Kan ik autorijden? Hoe kan ik gemakkelijker het huishouden doen? Kan ik mijn hobby en sport weer oppakken? Hoe kan ik me het beste verplaatsen over lange afstanden?

**Werk:** Kan ik weer terug naar mijn werkplek? Waar moet ik rekening mee houden op mijn werkplek?

**Bewegen:** Kan ik wandelen, fietsen, sporten, zwemmen? Hoe kan ik overbelasting voorkomen? Hoe kan ik mijn conditie verbeteren?

**Emotioneel:** Hoe leer ik met mijn situatie omgaan? Hoe reageer ik op reacties uit mijn omgeving? 



## Werken aan doelen

Revalideren is leren om zo zelfstandig mogelijk te leven met blijvende beperkingen. Het revalidatieteam ondersteunt u en uw naasten daarbij. De revalidatie is vanaf het begin gericht op de terugkeer naar huis of een andere woonsituatie. Samen met u stellen we - aan de hand van uw doelen en vragen - een revalidatieplan op.

U bent dagelijks bezig met de revalidatie; dit begint al bij het wakker worden. U oefent activiteiten als wassen en aankleden. U doet spierversterkende oefeningen, u oefent het rijden in een rolstoel en u werkt aan het verbeteren van uw conditie. Daarnaast krijgt u training in het omgaan met blaas- en darmstoornissen.

De behandeling is vaak heel praktisch: u oefent bijvoorbeeld het doen van boodschappen of reizen met het openbaar vervoer. Wij informeren u ook over praktische zaken zoals woonomstandigheden, mogelijkheden om te werken of aanpassingen op de werkplek. Meestal starten we procedures voor de aanvraag van hulpmiddelen of woningaanpassingen. Vanzelfsprekend staan we samen met u ook uitgebreid stil bij de psychische kant van de situatie en ook seksualiteit komt aan bod.



## Aanpassingen

Revalidatietechnici ondersteunen het behandelteam met het maken van voorzieningen zoals een rolstoel en allerlei individuele hulpmiddelen. Zo krijgt iemand met een hoge dwarslaesie, die zijn handen en armen niet goed kan gebruiken, direct bij opname de beschikking over een klein mondbestuurde apparaat om de communicatie en de omgevingsbesturing te vereenvoudigen. Doordat wij de revalidatietechnici in huis hebben, kunnen wij snel die aanpassingen maken die u nodig heeft. Hiermee neemt De Hoogstraat een unieke plaats in de Nederlandse revalidatie in.

## Ook voor uw naasten

De gevolgen van een dwarslaesie zijn niet alleen ingrijpend voor uzelf, maar hebben ook invloed op het leven van de mensen in uw omgeving. Ook uw naasten - uw partner, kinderen, familie of anderen - zijn daarom onderwerp van onze zorg. Wij organiseren bijvoorbeeld voorlichtingsbijeenkomsten voor hen en zij kunnen zelf ook bij ons terecht voor begeleiding. We betrekken hen ook bij de behandeling; zij leveren een belangrijke bijdrage aan de revalidatie. Ook thuis oefent u allerlei zaken en het is fijn als uw familie u daarbij kan helpen.

## Nazorg

Als het nodig is, blijft u langdurig poliklinisch onder controle. U heeft dan 1 keer per 1 of 2 jaar een afspraak met de revalidatiearts. Voor specifieke vragen en problemen op dwarslaesiegebied kunt u uw hele leven een beroep op ons blijven doen. U kunt hierbij denken aan een sportadvies en advies over aanpassingen en voorzieningen, maar ook als uw functioneren achteruitgaat kunt u bij ons terecht. Of als u vragen heeft over het blaas- en darmbeleid, de controle van de blaas en de nieren of over seksualiteit en vruchtbaarheid. Informatie over speciale (nazorg)spreekuren vindt u op de website [www.dehoogstraat.nl/dwarslaesie](http://www.dehoogstraat.nl/dwarslaesie).

## Meedoen aan onderzoek

Het kan zijn dat we u vragen om mee te doen aan wetenschappelijk onderzoek, bijvoorbeeld door een vragenlijst in te vullen of een test te doen. Uw deelname is erg belangrijk voor ons; met de gegevens die we daarmee verzamelen, helpt u de revalidatie een stapje verder. Een onderzoeker zal niet weten dat het om uw gegevens gaat. Als het nodig is dat de onderzoeker dat wel weet, dan vragen we vooraf altijd uw toestemming. Mocht u niet mee willen doen aan onderzoek, dan kunt u dat aangeven. Uiteraard heeft dit geen gevolgen voor de behandeling.



### Meer informatie

- [www.dehoogstraat.nl/dwarslaesie](http://www.dehoogstraat.nl/dwarslaesie)
- 030 256 1465
- [n.v.krieken@dehoogstraat.nl](mailto:n.v.krieken@dehoogstraat.nl)

**De Hoogstraat**  
Revalidatie

**De Hoogstraat**  
Revalidatietechniek

Rembrandtkade 10, 3583 TM Utrecht