

Licht Traumatisch Hersenletsel (LTH)

Advies: 24-48 uur rust (max 72 uur)

Gedoseerde activatie op fysieke, sociale en cognitieve activiteiten met lage intensiviteit na 2 rustdagen lijkt tot beter herstel te leiden dan lang rust nemen!

Klachten:

Hoofdpijn
Duizeligheid
Misselijkheid
Overgeven
Vermoeidheid
Slaapstoornissen
Geheugen
Concentratie
Cognitieve klachten
Overprikkeling

Geen rode vlaggen

Controle na 2 weken
Nog klachten?

Rode vlaggen:

Hoger opgeleid
Perfectionistisch
Levensfasevragen
Zwart/wit denken
Teleurstelling richting
hulpverlening/omgeving
Letselschadezaak
'Rugzakje' / trauma's verleden

Ergotherapie inschakelen

0 - 3 maanden na letsel:

Bieden van inzicht en begeleiding bij het te verwachten herstel binnen enkele maanden en preventie van langdurige klachten
Balans in belasting en belastbaarheid (mentaal en/of fysiek)
Begeleiding in opbouw activiteitsniveau
Aanpassen van activiteiten

Vanaf 3 maanden na letsel:

Compensatiestrategieën bij cognitieve problemen en overprikkeling
Balans in belasting en belastbaarheid
Begeleiding bij opbouw activiteitsniveau o.a. re-integratie naar werk

10 uur Ergotherapie wordt vergoed vanuit de basisverzekering

Aanmelding: via zorgdomein, info@ergotherapie-salland.nl of 06-45042877