



©Hersenletsel-uitleg.nl

Welke onzichtbare gevolgen NAH herkent u bij u de persoon met hersenletsel?

Welke overeenkomsten en verschillen ziet u in elkaars lijst?

Er zijn dubbelingen in deze lijst, dat is ook uw dubbelcheck. Soms is het accent verlegd. U kunt deze checklist niet verzenden naar ons. U kunt wel de antwoorden noteren of de PDF onderaan downloaden en printen, en dit bespreken met uw arts of (gratis) advies krijgen van een [hersenletselteam in uw regio](#). Deze lijst kan gebruikt worden om gevolgen bespreekbaar te maken met de partner en soms zelfs om de ogen geopend te krijgen voor gevolgen. Eyeopener. Het kan onderling begrip geven, transparantie brengen. Kies wel het goede moment... Er kunnen geen rechten aan worden ontleend, lijst is mogelijk niet volledig en voortdurend in onderhoud.

Welke vorm van [overprikkeling](#) ziet u?

- Heeft last van harde geluiden
- Heeft last van drukte
- Heeft last van achtergrondgeluid
- Raakt overprikkeld bij achtergrondmuziek
- Heeft last als iemand door het gesprek heen praat
- Heeft last van kinderstemmen
- Heeft last van hoge tonen of lage tonen? Of allebei
- Heeft last van volume
- Heeft last van bestekgeluiden
- Heeft last van fel licht
- Heeft last van schaduwen /contrast met zonlicht
- Heeft hinder van beeldschermen
- Heeft last van drukke patronen
- Heeft last van bewegingen
- Heeft last van bewogen worden
- Heeft last van bewegend beeld zien
- Heeft last van geuren als aftershave, parfum etensgeuren
- Heeft last van trillingen voelen
- Heeft last van te veel proeven
- Heeft last van veranderde smaak
- Heeft last van niets proeven
- Ruikt niets meer
- Heeft hinder van chaos om zich heen , wil orde

- Heeft last van aanrakingen
- Heeft last van structuur voelen
- Heeft last van chaos om zich heen zien
- Kan geen orde vanuit chaos creëren
- Heeft last van elektrische bromtonen (mogelijk laag frequent geluid)
- Trekt zich wat terug uit het sociale leven. Dit kan ook komen door overprikkeling/onbelastbaarheid
- Raakt overprikkeld door te veel dagtaken
- Raakt overprikkeld door te volle agenda
- Raakt overprikkeld bij multitasken
- Raakt overprikkeld door veelheid van gedachten
- Raakt overprikkeld door emoties
- Raakt overprikkeld door aanrakingen
- Raakt in paniek bij teveel geluid of lawaai of andere overprikkeling
- Heeft moeite met lezen van letters door visuele overprikkeling
- Raakt overprikkeld bij het zien van een groep mensen of menigte
- Raakt overprikkeld bij het zien van veel artikelen bijvoorbeeld in supermarkt
- Ziet elk detail (kan ook geen 'oogkleppen' opzetten)
-

Welke [emotie-en of -gedragveranderingen](#) ziet u?

- Is snel geïrriteerd
- Is agressief, snel boos
- Heeft woede aanvallen (kort of lang?)
- Is snel emotioneel
- Is snel in tranen
- Uit zich depressief
- Uit zich suïcidaal
- Emoties wisselen snel op een dag
- Basisemotie is ...(vul in)
- Kan alleen maar lachen om situaties
- Heeft spontane lachbuien
- Kan alleen maar huilen in situaties
- Lacht ongepast
- Neem geen initiatief meer
- Neemt wel initiatief maar ondoordacht
- Overziet de gevolgen van de acties niet (zie ook bij cognitie: inzicht)
- Vertoont roekeloos gedrag
- Heeft geen behoefte aan intimiteit
- Is te moe voor seksuele intimiteit
- Heeft geen behoefte aan seksuele intimiteit
- Verminderde aandacht voor de partner tijdens seks door onvermogen 'multitasken' van het brein (kan probleem zijn van verminderde verdeelde aandacht)
- Neemt geen initiatief meer op seksueel gebied
- Heeft ontremmingen op seksueel gebied

- Heeft andere ontremmingen
- Kan zichzelf moeilijk afremmen
- Lijkt meer op zichzelf gericht (hoe komt dit?)
- Heeft veranderde humor
- Neemt taal letterlijk waardoor grapjes ontgaan
- Is emotioneler. Gevoelige zaken komen harder aan
- Is sneller in tranen bij kleinste emotie, zonder dit als verdriet te voelen (vraag altijd of het verdriet is of tranen door hersenletsel)
- Is sneller geïrriteerd (komt dit door overprikkeling op dat moment?)
- Komt teruggetrokken in zichzelf gekeerd over
- Blijft langer hangen in een emotie- kan er niet los van komen
- Lijkt schrikachtiger
- Benoemt angst
- Rouwt om wat niet meer kan
- Is gefrustreerd om wat niet meer kan
- Leeft te veel mee met een ander
- Heeft een te groot invoelend vermogen
- Overige; probeer te benoemen

Welke uitingen [moeheid en onbelastbaarheid](#) ziet u?

- Kan veel minder aan dan voor het letsel
- Is chronisch overbelast
- Vraagt steun aan omgeving
- Heeft het gevoel dat de batterij elke keer maar tot 35% oplaadt en sneller leeg is
- Energie is snel op
- Slaapt meer bij moeheid
- Kan niet meer slapen bij moeheid
- Tankt niet bij van nachtrust, slapen helpt niet tegen moeheid
- Voelt moeheid pas achteraf
- Voelt eigen grenzen niet
- Gaat te vaak voorbij eigen grenzen
- Is snel overprikkeld bij moeheid (zie ook vraag overprikkeling)
- Is sneller geprikkeld /geïrriteerd bij moeheid
- Concentratie neemt af bij moeheid (zie ook vraag concentratie)
- Lijkt wat chaotischer over te komen bij moeheid
- Taken lukken minder goed
- Coördinatie van beweging gaat minder goed bij moeheid
- Moeheid komt van denkprocessen niet van fysieke arbeid
- Is te moe voor seksuele intimiteit
- Wil meer dan hij/zij kan
- Trekt zich wat terug uit het sociale leven (vraag na waarom)

Ruimte voor aantekeningen

Oriëntatie

- Is vaak de weg kwijt onderweg
- Is vaak de weg kwijt op bekende plekken
- Is vaak de weg kwijt in gebouwen of eigen huis
- Is gauw de weg kwijt in eigen kasten
- Leg spullen op de verkeerde plek terug
- Weet niet goed tijd in te schatten
- Vergist zich in tijd- komt bijv te laat/te vroeg/ onrust rondom vertrektijd
- Draait dag en nacht om
- Verwakt mensen met elkaar
- Heeft moeite met inschatten van afstand
- Kan de snelheid van verkeer niet inschatten
- Heeft minder of geen tijdsbesef
- Wisselt dag nacht ritme

Cognitie (geheugen aandacht, inzicht, initiatief)

- Moet moeite doen om bij te houden wat er gezegd is
- Heeft moeite met het begrijpen en onthouden van instructies
- Heeft moeite met het onthouden en uitvoeren van een handeling als bijvoorbeeld een steunend persoon niet aanwezig is
- Wat gelezen is wordt niet onthouden
- Komt rusteloos over
- Laat een spoor van onafgevoerde activiteiten achter
- Wil kosten wat kost een taak afkrijgen
- Is ernstig vermoeid na taken
- Kan geen verdeelde aandacht opbrengen
- Moet moeite doen om bij te houden wat er gezegd is
- Is snel afgeleid
- Ervaart alles als overdaad van informatie
- Wil de korte versie horen niet de lange
- Is langzamer in iets begrijpen
- Ervaart altijd tijdsdruk (Door het vertraagde tempo van verwerken zijn mensen met hersenletsel extra gevoelig voor tijdsdruk, en kunnen zij het gevoel hebben tijd tekort te komen.)
- Kan de aandacht moeilijk richten
- Alertheid wisselt bij moe zijn en wat fitter zijn
- Weet niet veel meer van vroeger
- Heeft geen feitenkennis meer
- Vergeet veel uit het heden
- Weet niet meer waar dingen gelegd zijn
- Vergeet namen
- Vergeet afspraken
- Vergeet gepast gedrag

- Vergeet vaardigheden
- Heeft gaten in het geheugen
- Slaat minder goed op in het geheugen
- Nieuwe informatie blijft niet hangen
- Iets nieuws leren gaat moeizaam
- Kan de planning van het gezin niet meer aan
- Kan de organisatie van het huishouden niet meer aan
- Kan de dag, studie, vakantie of huishouden niet meer plannen
- Kan complexe taken niet meer aan (bijvoorbeeld maaltijd maken)
- Meent iets nooit eerder te hebben gezien
- Kan problemen minder goed oplossen
- Raakt in paniek bij een probleem
- Is intelligent op het ene gebied maar op het andere gebied juist niet
- Heeft moeite met getallen
- Heeft moeite met rekenen
- Heeft niet het gevoel zelf NAH te hebben of ziet geen/ niet alle gevolgen van NAH bij zichzelf
- Mist het inzicht waar het veranderd is t.o.v. Vroeger
- Heeft geen of verminderd inzicht in gevolgen van eigen daden
- Heeft geen of verminderd inzicht wat iets betekent voor een ander
- Heeft moeite om zelf het initiatief te nemen tot een handeling, moeite om in gang te komen
- Neemt geen of minder initiatief tot een afspraak (kan meerdere oorzaken hebben)
- Neemt geen of minder initiatief tot seks
- Kan zich tijdens de seks minder richten op de ander (probleem van verminderde verdeelde aandacht)

Plannen en overzicht, [zie cognitie](#)

- Verkrijgt moeilijk overzicht
- Behoudt geen overzicht
- Weet niet de volgorde te hanteren
- Heeft moeite om te beginnen aan een taak, wil dat wel
- Kan het verloop niet overzien van dag of handeling
- Kan handelingen niet structureren
- Kan gevolgen niet overzien
- Geen twee taken /dubbeltaken tegelijk kunnen uitvoeren
- Kan niet praten en iets doen tegelijkertijd
- Minder snel kunnen schakelen in gesprek
- Kan zichzelf moeilijk afremmen
- Verwerkt informatie trager
- Langer over iets moeten nadenken
- Langer de tijd moeten krijgen voor een taak
- Niet goed meer kunnen rekenen
- Initiatief nemen is verminderd
- Heeft moeite met het geheugen
- Onthoud afspraken minder goed

- Is snel afgeleid
 - Heeft veel structuur nodig
 - Heeft geen overzicht
 - Weet de volgorde niet meer van bepaalde taken
 - Niet de juiste vragen kunnen stellen of de goede antwoorden (op tijd) kunnen geven
 - Weet aan het einde van het gesprek niet meer waar het over ging
 - Kan de regie van het huishouden niet meer voeren
 - Heeft geen overzicht meer
 - Heeft moeite met behouden van overzicht
 - Kan de administratie niet meer aan
 - Heeft moeite met het plannen van
 - Heeft moeite met behouden van overzicht
 - Kan de administratie niet meer aan
 - Heeft moeite met het plannen van
 - Overziet gevolgen niet voor een ander
 - Overziet gevolge niet van eigen daden
 - Heeft impulsieve plannen
 - Handelt impulsief
- Ruimte voor notitie:

[Persevereren en Apraxie en Agnosie](#)

- Praat mensen na
- Bootst mensen na
- Blijft hangen in een thema
- Blijft hangen in een emotie
- Blijft hangen in een handeling
- Blijft hangen in een gedachte
- Is breedsprakig
- Kan een beweging niet afmaken = impersistentie
- Kan iets niet goed tekenen /in elkaar zetten, construeren
- Kan bewegingen van gezicht niet uitvoeren als dat gevraagd wordt (tong, fluisteren knipperen ogen)
- Lijkt onhandig met een voorwerp- lijkt de beweging erbij niet uit te kunnen voeren
- Kan zichzelf moeilijk afremmen (lees ook hoe dat komt bij persevereren)
- Kan niet stoppen met iets (praten/ taak/gedachte/onderwerp/beweging/emotie)
- Herkent een warm/heet voorwerp niet als iets gevaarlijks
- Weet niet waar sommige voorwerpen toe dienen
- Herkent voorwerp niet op tast en zicht maar op geur en gehoor
- Herkent geen kleuren meer
- Herkent geen vormen meer
- Herkent geen muziek meer
- Hoort geluid maar weet niet waar het bij hoort

- Ruikt nog wel maar weet niet wat het is
- Herkent eigen lichaamsdelen niet als van zichzelf
- Kan iets niet samenvoegen tot een geheel
- Herkent een bekende alleen aan geur of stem maar niet van gezicht
- Ziet slechts één (of alleen één onderdeel van een) object of stuk tekst /tekening tegelijkertijd

Spraak en Afasie

- Heeft haperingen tijdens het praten /hakkelt
- Heeft moeite een volzin te formuleren
- Herhaalt woorden, lijkt iets anders te willen zeggen
- Komt niet op bepaalde woorden /komt niet op woorden
- Kan geen woord meer uitbrengen
- Benoemt steevast het verkeerde woord voor een voorwerp
- Benoemt een persoon steevast met andere naam
- Neemt taal letterlijk
- Humor ontgaat vaak /blijkt het letterlijk genomen te hebben
- Blijft hangen op een bepaald woord, zin of uitdrukking
- Weet wel wat iets betekent als je het aanwijst op plaatje maar kan het niet benoemen
- Lijkt me minder goed te begrijpen
- Maakt lange zinnen, maar qua grammatica klopt het niet
- Is geneigd door te praten
- Verwisselt letters om van woorden in dezelfde zin /klankverwisseling
- Komt niet op het woord maar weet wel welke letter er in zit
- Wordt boos gefrustreerd tijdens het praten als het niet lukt
- Kan niet meer schrijven
- Kan niet meer lezen
- Kan niet meer praten
- Praat in telegramstijl
- Komt niet op het juiste woord , maar het woord zit wel in dezelfde richting
- Heeft haperingen tijdens het praten
- Heeft moeite een volzin te formuleren
- Herhaalt woorden, lijkt iets anders te willen zeggen
- Kan wel zingen maar heeft moeite met spreken

Zintuiglijke waarneming en Neglect

- Heeft minder smaak /reuk
- Kan temperatuur minder goed voelen van water/voorwerpen
- Kan zelf niet tegen warmte of kou
- Herkent niet waar een geluid vandaan komt
- Herkent geluid niet
- Herkent voorwerpen niet
- Ziet wisselend scherp
- Stoot zich vaak aan obstakels

- Ziet alles aan één kant van zichzelf en omgeving niet
- Herkent geen gezichten
- Ziet niet het totaal beeld (visus)
- Ziet wazig
- Herkent geluid niet
- Schrikt van geluiden
- Ziet aan één kant van het lichaam kennelijk minder
- Benoemt lichtflitsen zien
- Benoemt drukke beelden zien als een diaserie
- benoemt beeldsensaties te hebben
- Overige zintuiglijke veranderingen, probeer ze te benoemen
- Eet helft van bord leeg
- Maakt zich aan één kant op
- Scheert zich aan één kant
- Lijkt niet waar te nemen aan één kant
- Botst tegen dingen op aan één kant
- Vindt de spullen aan één kant van de tafel wastafel niet
- Kan mensen passeren zonder ze te zien aan één kant (groet bijvoorbeeld niet)
- Loopt steevast tegen deurposten op aan één kant
- Vergeet het been uit bed of rolstoel te tillen
- Hangt altijd met één arm of been omlaag
- Komt wel eens met arm of voet aan één kant tussen wielen van de rolstoel
- Raakt dingen kwijt die in het gezichtsveld staan, maar aan aangedane kant staan
- Overige probeer te benoemen

[Slaapproblemen en mogelijke Apneu of CSAS](#)

- Heeft slaapproblemen
- Heeft moeite in slaap te vallen (in uren)
- Heeft moeite door te slapen , wordt vaak wakker
- Is regelmatig klaarwakker in de nacht
- Heeft last van te korte slaap
- Lijkt adempauzes te hebben in de slaap
- Wordt door het minste geringste geluid al gewekt
- Staat niet fit op na de nacht
- Benoemt hoofdpijn bij het opstaan
- Overige probeer te benoemen

Lichamelijke klachten en overige

- Hoofdpijn
- Stekende hoofdpijn
- Zeurende hoofdpijn
- Migraine
- Zenuwpijnen

- Andere fysieke klachten – probeer ze allemaal te benoemen
- Heeft moeite met automatiseren van een beweging
- Heeft moeite met automatiseren van een handeling
- Heeft behoefte op voorwerpen te knagen knabbelen (pica)
- Heeft een behoefte om iets in de mond te hebben (pica)
- Heeft een fascinatie voor voorwerpen
- Is rusteloos
- Spierzwakte
- Spierslapte
- Onwillekeurige spierbewegingen
- Gewrichtsklachten
- Oorsuizen
- Benoemt het zien van lichtflitsen
- Benoemt het zien van visuele fenomenen
- Benoemt jeuk
- Komt schrikachtig over
- Lijkt hees te zijn
- Heeft slikklachten
- Verslikt zich regelmatig
- Kan beperkte lichamelijke inspanning aan
- Heeft aanvallen van verminderd bewustzijn
- Heeft [epileptische aanvallen](#)
- Kan niet of minder tegen warmte
- Kan niet verminderd tegen kou
- Lijkt de temperatuur niet meer te kunnen regelen
- overige.....vul in

Ruimte voor notities: