

Ik kan niet thuis zitten



Anne Visser-Meily

Hoogleraar en revalidatiearts
UMC Utrecht

► Terugkeer naar werk na hersenletsel is belangrijk en is vaak een doel binnen de revalidatie, zowel voor mensen die aan het begin van hun carrière staan als voor mensen die de AOW-leeftijd gaan bereiken.

Jasper Kluiters, een jongeman, van 23 jaar, zag ik terug. Ik kende hem nog van twee jaar geleden. Een beroerte op basis van hartproblemen. Hij had toen wel cognitieve klachten en met adviezen van de maatschappelijk werker en ergotherapeut had hij zijn leven snel weer opgepakt. Nu meldde hij zich weer. Hij was gestart met zijn eerste baan, administratief medewerker. Dat viel tegen. De cognitieve klachten waren toegenomen. Hij had moeite met dubbeltaken, vaak moeite met het vinden van het juiste woord en had het gevoel dat hij minder goed kon onthouden.

Ook de 66-jarige mevrouw De Vries, met een hersenbloeding, drie maanden geleden, meldde zich met klachten bij het werk. Ze deed de boekhouding van het eigen bedrijf, en het werk was haar lust en haar leven. 'Ik kan niet stilzitten, dokter. Ik ben weer begonnen, maar dat ging nog niet goed.'

Juist werken vraagt veel van je energie, flexibiliteit en tempo van denken en doen. En ook bij lichte problemen val je vaak bij werk 'door de mand'. Een korte

multidisciplinaire behandeling kan dan handvatten bieden met o.a. cognitieve diagnostiek: wat kan ik nog wel en wat gaat minder goed. Leren verdelen van je taken en voorkomen van vermoeidheid staat vaak voorop. Er wordt ook geoefend met hoe leg ik aan mijn collega's uit wat er aan de hand is en ook de gesprekken met de instanties kunnen worden voor besproken. Soms is het nodig om cognitieve tekorten te leren compenseren. En soms zal de inhoud en/of omvang van het werk moeten worden aangepast.

Werk is voor veel mensen heel belangrijk, als zinvolle dagbesteding en voor contacten met anderen en werk levert natuurlijk ook salaris op. Gelukkig krijgt werk en terugkeer naar werk met hersenletsel de laatste jaren veel aandacht. In maart van dit jaar (2022) verscheen de brochure 'Hersenletsel en re-integratie naar werk' te bestellen of te downloaden via de webwinkel van Hersenletsel.nl, of scan onderstaande QR-code.



Het is een brochure voor werknemers, maar ook hun werkgevers en bedrijfsartsen. Er staan veel praktische tips in zoals 'ga in gesprek met je bedrijfsarts' en 'bereid gesprekken voor en neem iemand mee'. Een belangrijk ander advies is 'ken je mogelijkheden en beperkingen' en 'zoek hulp bij een revalidatiearts/team' bij het weer gaan werken.

Heeft u vragen? Kijk dan eens op de eerdergenoemde website of zoek hulp, net zoals Jasper en mevrouw De Vries hebben gedaan.