

# Ben je partner of naaste van iemand met hersenletsel? Wordt het jou ook wel eens te veel?

Veel aandacht gaat uit naar de patiënt als er Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) is ontstaan. Ook voor jou als partner of naaste zijn de gevolgen vaak groot. Daardoor kunnen er vragen en zorgen ontstaan. Het zorgen voor iemand met NAH kan zwaar zijn, of zwaar worden in de loop van de tijd. Zeker als je partner of naaste veel hulp van jou vraagt. Bijvoorbeeld omdat bewegen of denken niet goed meer gaat, of iemand erg veranderd is in zijn of haar gedrag. Soms voel je pas na maanden of zelfs jaren hoe zwaar het eigenlijk is en kun je te maken krijgen met overbelasting. Als je als partner of naaste van jezelf gevoelig bent voor stress of veranderingen, dan kun je sneller het gevoel van overbelasting ervaren.

## Herken je dit soort gevoelens en gedachten?



'Ik kan niet slapen of werken, voor mijn gevoel ben ik dag en nacht bezig met zorgen voor mijn partner.'

'Ik weet niet welke vragen ik moet stellen om de juiste hulp te krijgen.'

'Ik vind het (fysiek) zwaar om alles alleen te moeten doen.'

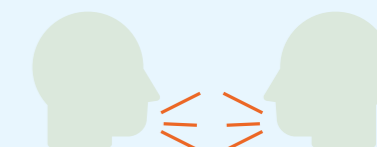
## De keuzehulp helpt je op weg!

Vul de keuzehulp hier in. Met verschillende vragen helpen we je naar beschikbare informatie, hulp en ondersteuning op maat. Het kost je ongeveer vijf minuten.



## Welke ondersteuning is er?

Klik op de plaatjes voor meer informatie en lees per onderwerp welke mogelijkheden er zijn op het gebied van ondersteuning.



sociale contacten



Mentale gezondheid



Relatie en gezin



Werk



Geld



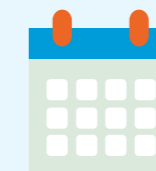
Wonen



Lichamelijke  
gezondheid



Huishouden



Dagelijkse activiteiten  
en meedoen



Zingeving