

JUNI 2024 [NL.PLANET-HEALTH.BE](https://nl.planet-health.be)

mediaplanet
A CAYBON COMPANY

Mind & Body



IN DEZE EDITIE

Obesitas: chronische aandoening die behandeling op lange termijn vereist.

PAGINA 6-7

Treatment Resistant Depression: een potentieel dodelijke aandoening.

PAGINA 12

Voedingssupplementen en vitamines op maat van jouw lichaam.

PAGINA 15

Niet-aangeboren hersenletsel (NAH)

Prof. dr. Geert Meyfroidt benadrukt het belang van preventie: "NAH kan echt iedereen overkomen."

© FOTO: THOMAS SWEERTVAEGER



CENT PUR CENT
MINERAL COSMETICS



Healthy powders
Happy skin

Discover more, visit
www.centpurcent.com



Er leven naar schatting maar liefst **200.000 Vlamingen** met NAH.



Regelmatig bewegen, gezond eten, op je bloeddruk letten en niet roken kunnen het risico op beroertes, maar ook dementie, aanzienlijk verminderen.

Geert Meyfroidt:

“Niet-aangeboren hersenletsel kan echt iedereen overkomen”

Naar schatting leven er maar liefst 200.000 Vlamingen met NAH (niet-aangeboren hersenletsel). Toch is er te weinig (h)erkenning van de gevolgen en impact die deze groep van aandoeningen heeft op patiënten en hun omgeving. Ook het bewustzijn over hoe je NAH kan vermijden, moet beter.

Tekst: Joris Hendriockx

“NAH is de verzamelnaam voor hersenaandoeningen die ontstaan tijdens het leven, en dus niet aanwezig waren bij de geboorte”, legt prof. dr. Geert Meyfroidt, intensivist in het UZ Leuven, uit. “Het kan echt iedereen overkomen, ongeacht leeftijd of achtergrond. NAH leidt tot een breed spectrum aan lichamelijke, cognitieve en emotionele problemen, afhankelijk van de oorzaak en de ernst van de hersenschade. Een hersentrauma, vaak het gevolg van een verkeersongeval of valpartij, is wereldwijd de meest voorkomende oorzaak. Daarnaast zijn ook beroertes, zuurstoftekort na een hartstilstand, infecties of tumoren, maar ook degeneratieve ziektes zoals Alzheimer of Parkinson mogelijke belangrijke oorzaken.”

Verstrekende impact en gevolgen

“NAH kan leiden tot overlijden, permanente schade en significante veranderingen in gedrag en cognitie”, vervolgt prof. dr. Meyfroidt. “Een ernstig hersentrauma is de belangrijkste oorzaak van overlijden en invaliditeit bij jonge personen. Ook de zichtbare schade bij een mild trauma - ook wel een hersenschudding genoemd - kan het dagelijks functioneren van een persoon radicaal en langdurig beïnvloeden.”

Beroertes vormen een andere oorzaak van NAH. Ze hebben soms een dodelijke afloop of kunnen leiden tot ernstige invaliditeit, ook al zijn de behandelingsmogelijkheden de laatste decennia sterk verbeterd. Prof. dr. Meyfroidt: “De technieken om bloedklonters te verwijderen en

bloedvaten terug open te maken, zijn sterk verbeterd. Als we er snel genoeg bij zijn, maken we bovendien een grotere kans om potentieel levensvatbaar hersenweefsel nog te redden.”

“Revalidatie vormt een belangrijk onderdeel van het herstelproces bij bijna elke vorm van NAH. Het is vaak een langdurig en intensief proces, maar biedt gelukkig wel mogelijkheden voor verbetering en herstel.”

“Revalidatie vormt echter een belangrijk onderdeel van het herstelproces bij bijna elke vorm van NAH”, benadrukt Meyfroidt. “Het is vaak een langdurig en intensief proces, maar biedt gelukkig wel mogelijkheden voor verbetering en herstel. Bovendien is er bij een aantal patiënten nog potentieel om verder te gaan. Traumatisch NAH is bijvoorbeeld meer dan een acute gebeurtenis, maar een helingsproces dat zich lang kan doorzetten. Dat zien we ook in de hersenscans en bepaalde specifieke bloedtesten bij die patiënten.”

Het belang van preventie

Preventie speelt een cruciale rol in het verminderen van de incidentie en impact van NAH. “Het dragen van je helm bij het fietsen kan je leven redden. Dat is een eenvoudige, maar zeer effectieve maatregel om het risico op ernstige hoofdletsels met 60% te verminderen”, klinkt het. “Een gezonde levensstijl is ook essentieel. Regelmatig bewegen, gezond eten, op je bloeddruk letten en niet roken kunnen het risico op beroertes, maar ook dementie, aanzienlijk verminderen. Daarnaast kan het onderwijzen van reanimatie en het beschikbaar stellen van defibrillatoren de impact van zuurstoftekort na een hartstilstand verminderen en de overlevingskansen vergroten. Hoewel het moeilijker is om infecties, tumoren of neurodegeneratieve aandoeningen te voorkomen, zijn er toch enkele voorzorgsmaatregelen die je kan nemen. Door op je hoede te zijn voor tekenbeten kan je bijvoorbeeld het risico op een infectie zoals de ziekte van Lyme verminderen.”

Nood aan bewustwording en actie

“Het is bijzonder tragisch om te zien welke blijvende invloed NAH vaak heeft op mensen die voordien op een veel hoger niveau konden functioneren. Het is daarom belangrijk dat we ons bewustzijn van de risico's en gevolgen ervan”, concludeert prof. dr. Meyfroidt. “Preventieve maatregelen zijn niet alleen eenvoudige te implementeren, ze kunnen ook een aanzienlijke impact hebben op de gezondheid en het welzijn van jezelf én de samenleving als geheel.” ■





Prof. dr. Geert Meyfroidt



Peter Bulckaen

ACTEUR ACHTER HET FAMILIE-PERSONAGE 'MATHIAS'

Familie-acteur Peter Bulckaen liet zich inspireren door patiënten

Onlangs zagen kijkers van de populaire soap 'Familie' hoe personage Mathias een beroerte kreeg. Acteur Peter Bulckaen nam zich voor om deze scènes zo realistisch mogelijk te brengen en zocht daarom contact met de Hersenletsel Liga.

Tekst: Joris Hendrickx

Elk hersenletsel is uniek, net zoals de gevolgen ervan en de revalidatie die ermee gepaard gaat. Zowel fysieke als mentale factoren spelen een rol in het herstelproces. "Door die complexiteit vond ik het belangrijk om een goed begrip te krijgen van wat het écht inhoudt voor de patiënten zelf en wat zij en hun naasten doormaken", vertelt Bulckaen. "Via de Hersenletsel Liga kon ik persoonlijk spreken met meerdere patiënten, een logopediste en een ergotherapeute. Daar stak ik enorm veel van op. Het horen van verhalen over hun ervaringen en hoe hun taalgebruik evolueerde na het trauma was ontzettend waardevol voor het vertolken van mijn rol."

Het contact met patiënten en experts was ontzettend waardevol voor het geloofwaardig vertolken van mijn rol.

Compromis tussen realisme en fictie

"Sommige patiënten ontwikkelen een eigen taal die voor buitenstaanders moeilijk te begrijpen is", vervolgt hij. "Dat stelde ons voor een grote uitdaging: het volledig waarheidsgetrouw brengen zou de scènes te lang maken voor een fictieserie. Daarom kozen we ervoor om Mathias woorden te laten zeggen die leken op wat hij echt wilde zeggen en hem ondersteunende handgebaren te laten maken, zodat de andere personages het sneller zouden begrijpen. Dat maakt nogmaals duidelijk hoe ongelooflijk uitdagend dit moet zijn in het echte leven." ■

Vragen over Niet-Aangeboren Hersenletsels?
Contacteer de Hersenletsel Liga via hersenletselliga.be