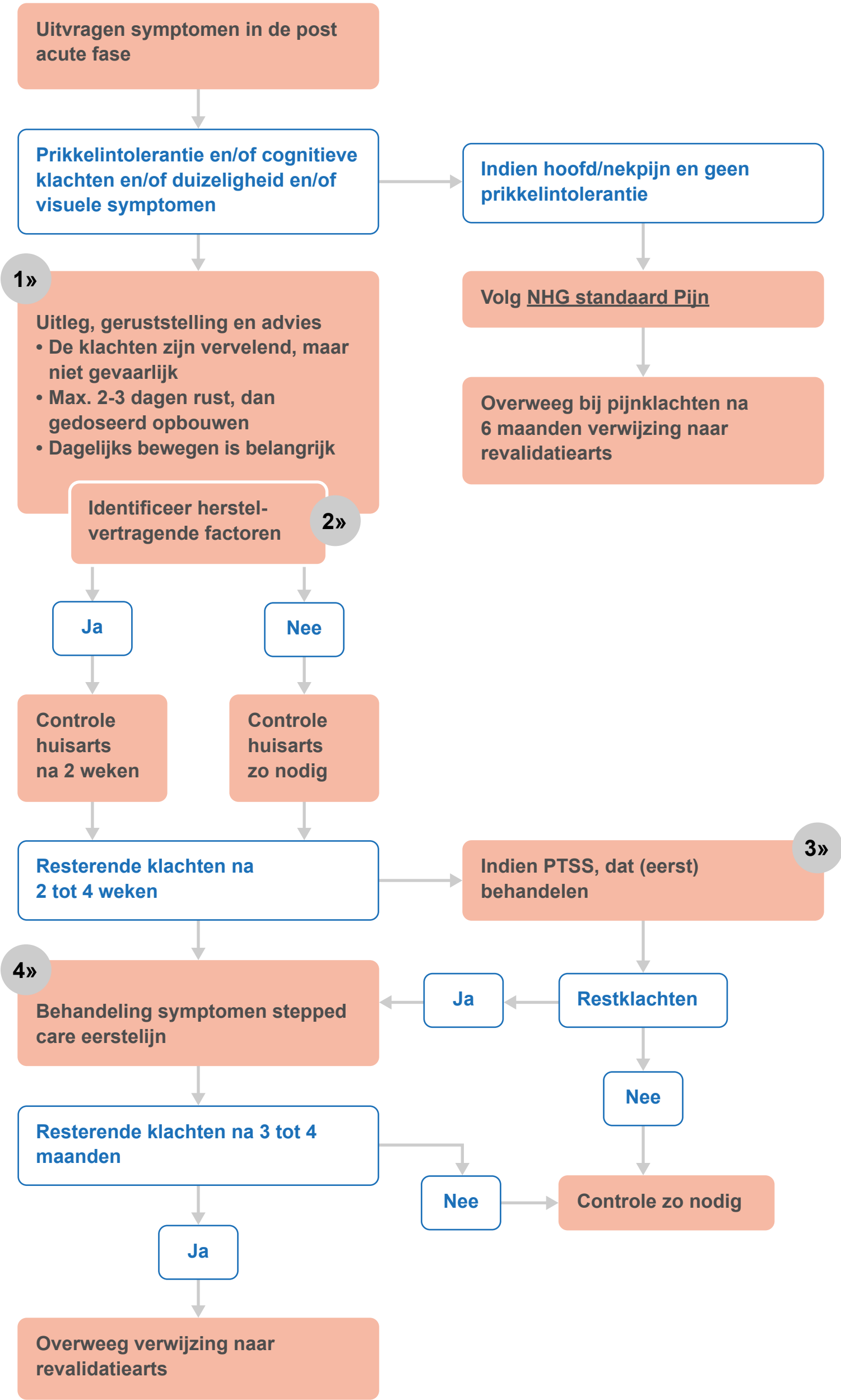


Beslisboom behandeling licht hoofd-hersenletsel na acute fase¹

¹ Voor acute fase en beleid aanhoudende klachten: [NHG richtlijn hoofdtrauma](#)



Beslisboom behandeling licht hoofd-hersenletsel na acute fase¹

¹ Voor acute fase: [NHG richtlijn hoofdtrauma](#)

1»

Uitleg en geruststelling:

- Prikkel kunnen (tijdelijk) vertraagd verwerkt worden. Dit kan een gevoel van 'stress' geven. Dat kan naar voelen, maar is niet gevaarlijk.

Algemene adviezen:

- Maximaal 2-3 dagen (volledige) rust en daarna gedoseerde opbouw van activiteiten, eerst thuis en dan op het werk.
- Afwisselen fysieke, cognitieve, visuele taken en rust.
- (Minimaal) een half uur per dag bewegen, bv wandelen.

2»

Herstelvertragende factoren:

- Voorgeschiedenis: Psychisch probleem (bv. depressie); migraine; eerder (licht) hoofd-hersenletsel; prikkelintolerantie (bv. AD(H)D).
- Na het trauma: PTSS; meerdere symptomen naast elkaar.
- Overig: Chronische pijn: gebruik opiaten (bv. Tramadol of Oxycodon) en/of benzodiazepines.

3»

Behandeling PTSS:

- Verwijzing psycholoog gespecialiseerd in traumabehandeling.
- Overweeg ook eerstelijns ergotherapie voor opbouw activiteiten.

4»

Behandeling(en) eerstelijns:

- Soms kunnen meerdere eerstelijns behandelingen zinvol zijn.

Externe in stand houdende factoren:

- Overweeg inschakeling van de POH-GGZ of (neuro-)psycholoog.
- Bij op de voorgrond staande psychiatrische problematiek kan verwijzing naar specialistische GGZ noodzakelijk zijn.

Prikkelintolerantie- en/of cognitieve problemen:

- Overweeg verwijzing eerstelijns ergotherapie met ervaring in hoofd-hersenletsel en prikkelintolerantie, voor advies over het belastingpatroon, prikkelmanagement en gedoseerde opbouw.

Visuele problemen:

- Verwijs bij voorkeur naar een neuro optometrist.
NB: bij dubbelzien of klacht aan één oog, (eerst) consult oogarts!

Duizeligheid:

- Verwijzing vestibulair fysiotherapeut.
NB: bij problemen aan het (geh)oor, (eerst) consult KNO-arts!

Hoofd en/of nekpijn:

- Verwijzing (manueel) fysiotherapeut/fasciatherapeut.

Inspanningsintolerantie:

- Verwijzing fysiotherapeut voor aërobe training onder begeleiding.

Combinatie slapeloosheid en/of (hoofd)pijn en/of spanningsklachten en prikkelbaarheid:

- Overweeg start medicatie; Amitriptyline (TCA) 10-25 mg a.n.