



Dag van Overprikkeling

Ieder mens heeft het recht om te kunnen deelnemen aan de maatschappij!

Op zaterdag 23 juni 2018 is het weer de Dag van Overprikkeling, vorig jaar gelanceerd door Hersenletsel-uitleg.

Hiermee tracht de stichting achter de website meer bewustwording en kennis over overprikkeling als gevolg van hersenletsel en hersenaandoeningen te realiseren. Het thema van 2018 is "een geïsoleerd bestaan".

Hersenletsel brengt veelal permanente schade aan de hersenen toe. Hersenletsel kan een gevolg zijn van een trauma van buitenaf, bijvoorbeeld door een ongeval, of van een aandoening in het lichaam zelf. Veel mensen met een hersenletsel hebben te maken met sensorische overprikkeling. Sensorische overprikkeling houdt in dat bijna elke zintuiglijke prikkeling voor een overmatige reactie van het zenuwstelsel zorgt.

De continue stroom aan prikkels is voor gezonde mensen heel goed te reguleren, maar veel mensen met hersenletsel en andere brein-gerelateerde aandoeningen zijn extreem gevoelig voor licht, visuele patronen, geur, bewegingen en **geluid** (!), met name voor achtergrondgeluiden. Ook worden de cognitieve prikkels niet meer gefilterd, zodat het denken en onthouden een groot probleem is. Deze mensen zien hun leven door het letsel drastisch veranderen. Zij kunnen niet of nauwelijks meer deelnemen aan het openbare leven. Ze zien hun sociale leven sterk achteruitgaan en vaak is deelname aan het werkproces niet meer mogelijk, of niet meer in dezelfde functie.

Sensorische overprikkeling is uitputtend. Er zijn zelfs veel mensen die vanwege de prikkelgevoeligheid een ziekenhuisbehandeling niet aankunnen en er daarom voor moeten kiezen levensreddende ingrepen aan zich voorbij te laten gaan. Als erkende belangenorganisatie pleiten we met de Dag van Overprikkeling voor méér bekendheid van de ingrijpende gevolgen van deze sensorische overprikkeling.

Enkele feiten over overprikkeling:

- In Nederland krijgen jaarlijks naar schatting 160.000 nieuwe mensen te maken met een vorm van hersenletsel als gevolg van bijvoorbeeld een ongeluk of door een hersenbloeding, herseninfarct, hersentumor, hersenontsteking enzovoorts.
- Een groot deel van deze groep heeft door het opgelopen hersenletsel last van deze zintuiglijke en cognitieve **overprikkelingsklachten**.

- Veel mensen belanden in een **sociaal isolement** doordat ze door deze overprikkeling niet meer volledig deel kunnen nemen aan het **gezins-, werk- en sociale leven** .
- Mensen die door het hersenletsel moeizaam of niet kunnen communiceren door bijvoorbeeld een afasie hebben vermoedelijk ook grote moeite anderen duidelijk te maken dat zij niet tegen geluid, licht of drukte kunnen.

In de media en in de wachtkamer

De gevolgen van overprikkeling op het dagelijks leven, zowel op korte als lange termijn, zijn vaak heel moeilijk te begrijpen. Het is cruciaal om hier aandacht voor te vragen. Hersenletsel-uitleg wil bekendheid geven aan al deze klachten en symptomen. Immers, als mensen door het hersenletsel minder goed kunnen communiceren, wie geeft deze mensen dan een stem? Die stem willen wij hen met deze dag geven.

De stichting hoopt landelijke steun via social media en televisie te mogen ontvangen en roept middels deze mail ziekenhuizen, revalidatiecentra, individuele behandelaars en anderen op om het volgende te doen:

Hang de poster op in uw wachtkamers of behandelkamers; indien mogelijk zet de poster en het filmpje op uw internet/intranetsite e.d. (De poster en het filmpje van 2018 bieden wij een week van te voren on line aan)

De poster 2018 wordt toegezonden naar de ons bekende adressen.

Zet uit solidariteit de muziek gedurende één dag op 23* juni helemaal uit evenals de beeldschermen in de wachtkamers

- Demp indien mogelijk het licht een beetje, een prettig symbolisch gebaar
- Vraag uw telefonie-dienstverlener om de wachtmuziek gedurende één dag uit te zetten, op 23* juni
- Vraag uw personeel om op 23* juni schoenen met zachte zolen te dragen in plaats van hoge hakken
- Bij vragen van uw patiënten over deze dag, stuur hen dan door naar onderstaande websites.
- Meer informatie over overprikkeling, en de invaliderende gevolgen hiervan vindt u op www.overprikkeling.com
- Onze Engelstalige websites zijn: braininjury-explanation.com en <http://braininjuryx.wixsite.com/project-flooding>

*** Indien u op 23 juni gesloten bent verzoeken we u om op 22 juni aandacht aan de dag te schenken met bovenstaande acties.**

Het zijn kleine gebaren van solidariteit die een grote betekenis hebben voor de mensen die met overprikkeling na hersenletsel leven.

Voor meer informatie over de Dag van Overprikkeling, mail naar: info@hersenletsel-uitleg.nl, maar u kunt ook eerst kijken op de site voor de FAQ: www.hersenletsel-uitleg.nl/over-ons/dag-van-overprikkeling-1/faq-dag-van-overprikkeling

Over Hersenletsel-Uitleg

Hersenletsel-uitleg is ontstaan door een samenwerking tussen mensen vanuit de drie kanten van hersenletsel: mensen met hersenletsel, mantelzorgers en professionals die zich samen geheel vrijwillig inzetten voor het verspreiden van diepgaande kennis over hersenletsel. Doel is om mensen met hersenletsel en hun omgeving meer begrip te geven over leven met een hersenletsel. We zijn een non-profit organisatie.

Project Overprikkeling is een project van Hersenletsel-uitleg, gewaarborgd in stichting FBIE ([Foundation for Brain Injury Explanation](http://www.fbie.nl)). De stichting heeft een ANBI status.

Wij zijn geen voorstander van behandelprogramma's tegen overprikkeling zonder dat wetenschappelijk onderzoek onomstotelijk het bewijs van goede effectiviteit heeft geleverd.

Namens het gehele team van Hersenletsel-uitleg

