Uitvallen bewustzijn linker- of rechterkant van het lichaam (neglect)

Neglect is een stoornis die optreedt na een hersenbeschadiging. Bij een beschadiging in de rechterhersenhelft hebt u een linkerneglect, bij een beschadiging in de linker hersenhelft spreekt men van een rechterneglect. U bent zich niet bewust van wat er zich aan één kant van het lichaam of de ruimte afspeelt. Er is nog het vermogen om te zien, te horen of te voelen, maar de hersenen verwerken dit aan één kant niet goed. Niettegenstaande u maar de helft waarneemt, bent u ervan overtuigd dat u alles opmerkt. Dit kan leiden tot onverwachte problemen bij het uitvoeren van de dagelijkse activiteiten. In deze folder vindt u tips en aandachtspunten zowel voor u als patiënt als voor uw omgeving.

Algemene tips

- Doe alles zoveel mogelijk volgens een vast patroon zodat u niets vergeet.
- Geef alle voorwerpen in huis een vaste plaats en zorg voor een vaste indeling in de kasten.
- Wanneer u iets zoekt, bekijkt u de ruimte van links naar rechts en van boven naar onder.
- Kijk zoveel mogelijk in de richting van de aangetaste zijde.
- Wijs er als familielid uw naaste op als hij of zij iets niet ziet of hoort.

Tips bij het wassen

- Leg het toiletgerief dagelijks op een vaste plaats en liefst aan de aangedane zijde.
- Begin met het wassen van de aangetaste zijde en eindig met de gezonde zijde.
- Controleer na het wassen en aankleden of u niets vergeten bent.
- Vraag zo nodig begeleiding. Wijs er als familielid uw naaste op als hij of zij iets vergeten zijn.

azdelta
Uw ziekenhuis.

Deze brochure is laatst aangepast op 15/12/2020 0520 5286-NL

Tips bij het eten

- Voor u begint te eten, bekijkt u de tafel volledig zodat u alles weet staan.
- Draai zo nodig uw bord rond, zodat u geen eten over het hoofd ziet.
- Wanneer uw maaltijd op een dienblad staat, ga dan de randen af op alles te vinden.
- Een felgekleurde placemat kan handig zijn, om bord, bestek... duidelijk te onderscheiden.

Tips bij het koken en afwassen

- Let op het gebruik van apparaten die warm worden. Laat u desnoods begeleiden tijdens het koken. Zorg dat u niets over het hoofd ziet en op het vuur laat staan.
- Draai de stellen van de pannen naar de zijkant, zodat u er niet tegen aanloopt.
- Sorteer bij het afwassen alle gerei en was dan af in een bepaalde volgorde.

Tips bij het winkelen

- Ga zoveel mogelijk naar dezelfde winkel en loop elke gang op en af zodat u beide zijden van de gang hebt gezien.
- Maak vooraf een boodschappenlijstje en controleer op het einde of u alles mee hebt.

Tips bij het mobilisatie en deelname aan het verkeer

- Wees alert wanneer u door een deuropening stapt, bekijk deze volledig zodat u niet tegen de linker of rechter deurstijl aanloopt.
- Bij het lopen op straat ziet u maar één zijde. Draai u regelmatig rond om ook de andere zijde te kunnen waarnemen.
- Steek de straat over aan verkeerslichten. Indien u dit doet op een zebrapad, vergeet zeker niet naar de kant van de aangetaste zijde te kijken.
- Vraag indien nodig een begeleider mee, zodat alles op een veilige manier gebeurt.
- Rijden met de wagen mag enkel na doktersadvies.

Tips bij het lezen en schrijven

- Neem voldoende tijd bij het lezen.
- Lezen gaat vlotter door met een vinger de woorden aan te wijzen.
- Maak gebruik van een blanco blad dat de tekst afdekt, zodat enkel de te lezen regel zichtbaar blijft.
- Trek aan de linkerzijde van het blad een felgekleurde verticale lijn, zodat het begin van de zin beter zichtbaar wordt. Hetzelfde kunt u doen aan de rechterkant om het einde van zin aan te duiden.
- Leg bij het schrijven uw blad op een felgekleurde achtergrond, zodat u een beter zicht krijgt op de grootte van het blad.

Tips bij het tv-kijken

- Ga links (bij linkszijdig neglect) of rechts (bij rechtszijdig neglect) zitten ten opzichte van uw tv, zodat u een beter zicht hebt op het volledige scherm.
- Nederlandstalige programma's zonder ondertiteling zijn het gemakkelijkst te volgen.

Bron: dienst fysische geneeskunde