

## Spreekuur CVA-verpleegkundige

### Inleiding

U heeft een beroerte (ook wel Cerebro Vasculair Accident, CVA genoemd) gehad en mag na opname in het HagaZiekenhuis naar huis. U krijgt bij uw ontslag een afspraak mee voor het spreekuur van de CVA-verpleegkundige op de polikliniek Neurologie, locatie Leyweg.

De afspraak met de CVA-verpleegkundige is vaak binnen 4 weken na ontslag en de afspraak met de neuroloog volgt vaak 2 tot 3 maanden na ontslag uit het ziekenhuis.

In deze folder leest u wat u kunt verwachten tijdens het spreekuur van de CVA-verpleegkundige en hoe u zich voor kunt bereiden op het spreekuur.

### Bezoek aan polikliniek

Bij een eerste bezoek aan de polikliniek moet u zich altijd eerst melden bij de inschrijfbalie. Deze vindt u direct na binnenkomst bij de ingang van de poliklinieken. Voor het inschrijven heeft u altijd uw identiteits- en verzekeringsbewijs nodig. Als u zich heeft ingeschreven, krijgt u een stickervel mee.

Als u zich al eerder heeft ingeschreven, moet u bij elk bezoek (laten) checken of uw gegevens nog actueel zijn. Mocht dat niet het geval zijn, of is het jaar waarin u zich heeft ingeschreven verstreken, laat dan nieuwe stickers maken.

Het spreekuur van de CVA-verpleegkundige is op de polikliniek Neurologie, locatie Leyweg. Volg hiervoor **route 60**, meldt u bij de balie en neem plaats in de wachtruimte. De verpleegkundige komt u halen.

Als het voor u – om welke reden dan ook – niet mogelijk is naar het spreekuur op de polikliniek te komen, kan de CVA-verpleegkundige u thuis bezoeken.

### Vorbereiding op spreekuur

Bereid u goed voor op het spreekuur door na te denken over wat u wilt weten of wat u kwijt wilt. Waar zit u mee, waar loopt u tegenaan, welke vragen heeft u? Maak eventueel een lijstje met vragen om te voorkomen dat u iets vergeet. Maak ook een lijst met daarop de medicijnen die u gebruikt.



## Het spreekuur

Tijdens het spreekuur kunt u de CVA-verpleegkundige onder meer uw vragen stellen over de gevolgen van uw beroerte. U kunt hierbij denken aan lichamelijke, geestelijke en/of emotionele gevolgen, maar ook aan veranderingen in gedrag, stemming en/of karakter.

### *Depressie na beroerte*

U kunt misschien last krijgen van een depressieve stemming, die eventueel kan leiden tot een depressie. En een depressie kan het verdere herstel na een beroerte bemoeilijken. Om te voorkomen dat u in een neergaande spiraal terechtkomt, is het belangrijk een depressie op tijd te herkennen.

### *Depressie herkennen*

Een depressie kan de volgende kenmerken hebben:

- depressieve (neerslachtige, sombere) stemming
- duidelijke vermindering van interesse of plezier in activiteiten
- vermoeidheid of verlies van energie
- duidelijke verandering van gewicht (afvallen of zwaarder worden) zonder dat u een dieet volgt
- verlies van eetlust
- slapeloosheid of juist overmatige slaperigheid
- lichamelijke onrust (bijvoorbeeld ijsberen, handenwringen)
- een vertraging in spreken of bewegen (bijvoorbeeld lange tijd een verstarde gezichtsuitdrukking hebben)
- gevoelens van waardeloosheid of onterechte schuldgevoelens
- verminderd concentratievermogen of besluiteloosheid
- terugkerende gedachten aan de dood


Als u ten minste 5 van deze punten elke dag heeft en het houdt 2 weken aan, kan het zijn dat u een depressie heeft of ontwikkelt.

Als u denkt dat u een (beginnende) depressie heeft, is het verstandig dit aan te geven bij de CVA-verpleegkundige. Zij kan dan een vragenlijst met u afnemen om te achterhalen of er misschien sprake is van een depressie.

## Vragen en informatie

De verpleegkundige stelt u verder ook vragen over uw dagelijks functioneren en uw welzijn. Hoe gaat het bijvoorbeeld met bewegen, eten en drinken en met de dagelijkse bezigheden, zoals het huishouden of boodschappen doen?





Ook gaat de verpleegkundige in op de gevolgen van de beroerte voor uw omgeving en/of de eventuele gevolgen voor uw werk. Verder geeft de verpleegkundige u informatie en praktische tips over het omgaan met de gevolgen van de beroerte.

### **Onderzoek**

Tijdens het spreekuur meet de CVA-verpleegkundige uw bloeddruk en hartslag. Indien nodig overlegt de verpleegkundige met de neuroloog of de revalidatie-arts. Het kan ook zijn dat zij u voor verder onderzoek of voor een verdere of andere behandeling doorverwijst naar andere deskundigen binnen of buiten het ziekenhuis. Denk hierbij aan thuiszorg, maatschappelijk werk of aan stichtingen en verenigingen die u praktisch kunnen helpen of ondersteunen in zorg of huishoudelijke taken.

### **Afspraak met neuroloog**

De afspraak met de neuroloog op de polikliniek is 2 tot 3 maanden na ontslag uit het ziekenhuis. Na de afspraak met de neuroloog belt de CVA-verpleegkundige u om eventueel nog een vervolgspraak met haar te maken

### **Neem iemand mee**

Het spreekuur van de CVA-verpleegkundige is nadrukkelijk ook bedoeld voor uw naaste(n) of iemand anders uit uw omgeving. Kom dus niet alleen, maar neem altijd iemand mee. Het gesprek duurt ongeveer een uur.

### **Ten slotte**

Als u onverhoopt niet op het spreekuur van de CVA-verpleegkundige kunt komen of als u de afspraak wilt wijzigen, kunt u op werkdagen tussen 8.30 en 16.30 uur bellen naar de polikliniek Neurologie: **(070) 210 2381**.

Voor telefonische vragen kunt u bij de CVA-verpleegkundige terecht op:

- maandag tussen 9.00 en 16.00 uur, (070) 210 3709
- vrijdag tussen 9.00 en 14.30 uur, (070) 210 4010

Ook kunt u op deze dagen bellen met: (070) 210 0000; vraag dan naar piepernummer 3171.