

## Overprikkeling bij hersenletsel

Er zijn vele bronnen die kunnen leiden tot overprikkeling.

Overprikkeling door alles wat iemand ziet en overprikkeling door geluid (met name achtergrondgeluid) komt het meeste voor. Wanneer het niet meer lukt om de geluiden om je heen te filteren, ontstaat er een golf van geluid die je voortdurend overspoelt. In een situatie met meerdere geluidsprikkels kunnen mensen met dit probleem hierdoor niet normaal meer functioneren. Informatie opnemen wordt nagenoeg onmogelijk en mensen worden er fysiek ziek van.

Voor velen betekent overprikkeling dat ze niet meer kunnen deelnemen aan het openbare leven of familie-gezins- en vriendenleven.

Overprikkeling bij hersenletsel is een ernstig en onderschat probleem. Onderzoek heeft uitgewezen dat de ziekmakende vorm een ziektebeeld is met tijdelijke (kortdurende of langdurige) neurologische klachten en uitvalsverschijnselen, al dan niet gecombineerd met cognitieve klachten.

## Oorzaken overprikkeling

We onderscheiden verminderde of weggevallen belastbaarheid voor zintuiglijke, cognitieve en emotionele prikkels (overprikkeling).

**Zintuiglijke overprikkeling** houdt in dat alle informatie die via de zintuigen de hersenen bereikt niet of slecht wordt gefilterd. Of dat de binnengekomen informatie niet zo als voorheen verder wordt verwerkt. Zo kunnen bijvoorbeeld achtergrondgeluiden even hard als de stem van de gesprekspartner worden gehoord.

**Cognitieve overprikkeling** kan als oorzaak hebben dat door het letsel een vertraagd tempo van informatieverwerking is ontstaan. Het tempo waarin informatie verwerkt moet worden is te hoog of de hoeveelheid

informatie die aangeboden wordt is te groot. De overbelasting van de hersenen wordt als zeer vermoeiend ervaren. Een te volle dagtaak of een te volle weekagenda maakt ziek. Er moet meer rust genomen worden.

**Emotionele overprikkeling** heeft te maken met emotionele kwetsbaarheid en of met gevoeliger zijn voor andermans emoties. Emotionele overprikkeling komt ook voor als een opstapelings-effect; eenmaal overprikkeld door geluid, beeld of andere prikkels is een persoon niet meer in staat de emoties te reguleren en kan daardoor emotioneel overbelast raken.



## Hersenletsel-uitleg

**Hersenletsel-uitleg.nl** is een informatieve website die laagdrempelig informatie geeft over hersenletsel, zowel over alle oorzaken als over alle gevolgen.

## Onderzoek naar overprikkeling is afgerond!

Er is voor het eerst onderzoek gedaan naar het ziektebeeld van overprikkeling en naar de impact ervan op het leven onder mensen, getroffen door een vorm van niet aangeboren hersenletsel. In het bijzonder werd onderzocht welke invloed een zintuiglijke belasting heeft op ontstaan, aard der klachten en duur van het ziektebeeld. Het inzicht is nieuw, dat er een ziektebeeld ontstaat met neurologische klachten al dan niet gecombineerd met cognitieve klachten. Het herstel van dit uit zintuiglijke overbelasting ontstane ziektebeeld kan weken, maanden en – soms en voor sommigen – jaren duren. Op alle fronten is participatie ernstig bemoeilijkt. De veelheid aan klachten lijkt zijn oorsprong te vinden in de oudere delen van ons zenuwstelsel zoals de hersenstam met het reticulair netwerk, cerebellum en middenhersenen.

“Overprikkeling” lijkt een containerbegrip te zijn geworden, waarbij iedereen het anders kan duiden. We pleiten voor een nieuwe naam. Vanaf heden is dat voor wie fysiek ziek wordt van prikkels na hersenletsel: **hersenletsel gerelateerd Ziektebeeld door Zintuiglijke Overprikkeling**.  
<https://www.overprikkeling.com/onderzoek-overprikkeling>  
<https://www.hersenletsel-uitleg.nl/onderzoek-overprikkeling>



Alle informatie van **hersenletsel-uitleg.nl** in het Engels is te vinden op [www.braininjury-explanation.com](http://www.braininjury-explanation.com)

en

[www.braininjury-explanation.com/consequences/invisible-consequences/overstimulation-flooding](http://www.braininjury-explanation.com/consequences/invisible-consequences/overstimulation-flooding)

De stichting **Foundation for Brain Injury Explanation** (FBIE) ondersteunt onder meer financieel de websites. Donaties zijn zeer welkom. De stichting is te vinden op de Engelse website (zie hierboven).

U kunt (zowel in het Nederlands als in het Engels) contact opnemen met de stichting via het mailadres dat op de website staat.

Stichting FBIE heeft als rekeningnummer:

NL14RBRB 0706 3888 95



## Research naar vermindering van sensorische overprikkeling; stimuleren van productontwikkeling

Onze doelgroep is groot. Er is behoefte aan bijvoorbeeld producten die geluiden filteren of artikelen die visuele indrukken dempen. Omdat iedere mens en dus ook iedere patiënt uniek is, is het ontwerpen van een aan individuele behoeften aan te passen product een grote uitdaging.

## Bouw mee aan ons kenniscentrum

Kunt u een bijdrage leveren?

- Kent u iemand die ernstig prikkelgevoelig is? Wijs deze persoon op deze informatie en stimuleer haar / hem om lid te worden van onze Facebook groep 'Overprikkeling bij hersenletsel NAH'. Aanmelden voor deze (geheime) groep kan via de Nederlandse website. Als u op de website zoekt met de tekst 'Facebook' vindt u de pagina met het aanmeldformulier.
- Ziet u mogelijkheden voor aanpassingen in openbare ruimten en instellingen of bij renovaties en nieuwbouwprojecten? Laat het ons weten! Neem contact op via een mail formulier op onze site. <https://www.hersenletsel-uitleg.nl/over-ons/over-ons-wie-zijn-wij/adverteerders-partners>

## Eén netwerk vormen

De eerste stap om ons doel te bereiken was minstens 1400 mensen met hersenletsel bij een te krijgen om de klachten van overprikkeling in kaart te brengen. We hebben geld uit donaties gespaard om onderzoeksbureau Soffos onderzoek te laten doen. Door een netwerk te vormen weten we wat er speelt en zijn de lijntjes kort. Door een doelgroep te vormen kan met één stem luid gesproken worden naar de maatschappij en beleidsmakers.

## Uitgegroeid tot een kenniscentrum

Door alle kennis over gemeenschappelijke kenmerken en klachten van zintuiglijke overprikkeling te onderzoeken, creëren we een kenniscentrum. Hierdoor is Hersenletsel-uitleg.nl dan wel FBIE een serieuze gesprekspartner voor beslissers en bestuurders, voor onderzoekers en voor zorgprofessionals.

De resultaten van ons onderzoek onder chronische patiënten zal naar wij vermoeden, ook van belang zijn voor patiënten met hersenletsel in de (sub)acute fase.

## Maatschappelijke bewustwording

We streven naar een grotere bekendheid van de gevolgen van overprikkeling voor mensen met hersenletsel. We streven daarom naar veranderingen in en aanpassingen van de maatschappij ten behoeve van de mensen met hersenletsel.

Als voorbeeld noemen we aanpassingen van de Zorgstandaarden NAH. Aanpassingen in NAH woonzorgcentra-verpleeghuizen, revalidatiecentra en stiltekamers in ziekenhuizen en wachtruimten, het afschaffen van wachtstandmuziekjes bij telefonisch contact, het realiseren van stilteplekken in openbare ruimten, etc.

Hiertoe willen we ook samenwerken met andere belangen-groeperingen waarvan de belangen, voor wat betreft geluid, met die van Project Overprikkeling overeenkomen.



patiënten-belangenorganisatie  
**Hersenletsel**  
project overprikkeling

## Voor wie is Project Overprikkeling

Voor iedereen die door Niet Aangeboren Hersenletsel (NAH) overgevoelig is geworden voor zintuiglijke prikkels en daardoor beperkt wordt in het functioneren.

## Wat doet het project?

- Patiënten en professionals informeren;
- Onderzoek doen naar overprikkeling bij NAH
- Fondsen werven voor vervolg wetenschappelijk onderzoek.
- Kennis verspreiden
- Belangenbehartiging in zorg en maatschappij.

**Project Overprikkeling is een project van Hersenletsel-uitleg.nl. Zie <https://www.hersenletsel-uitleg.nl/informatie/project-overprikkeling>**