

## Wat is overprikkeling?

Overprikkeling is een ernstig en onderschat probleem. Overprikkeling voor geluid is de soort overprikkeling die het meest voorkomt. Wanneer het niet meer lukt om de geluiden om je heen te filteren, ontstaat een golf van geluid die je voortdurend overspoelt. Het is vermoeiend, ziekmakend en voor velen betekent het dat ze niet meer kunnen deelnemen aan het openbare leven.

In een situatie met veel geluidsprikkels kunnen mensen met dit probleem niet normaal meer functioneren. Informatie opnemen wordt nagenoeg onmogelijk en mensen worden er ziek van.

## Oorzaken overprikkeling

We onderscheiden sensorische, cognitieve en emotionele overprikkeling.

Sensorische overprikkeling houdt in dat alle informatie die via de zintuigen de hersenen bereikt niet of slecht gefilterd wordt. Zo komen bijvoorbeeld achtergrondgeluiden even hard binnen als de stem van de gesprekspartner.

Cognitieve overprikkeling heeft ermee te maken dat door het letsel vaak een vertraagd tempo van informatieverwerking is ontstaan waardoor het tempo waarin informatie verwerkt moet worden te hoog is of de hoeveelheid informatie die aangeboden wordt te groot is. Dit is zeer vermoeiend.

Emotionele overprikkeling heeft te maken met emotionele kwetsbaarheid. Eenmaal overprikkeld door geluid, beeld of andere prikkels is een persoon niet meer in staat de emoties te reguleren en raakt daardoor emotioneel overbelast.



Project Overprikkeling is een project van [www.hersenletsel-uitleg.nl](http://www.hersenletsel-uitleg.nl). Dat is een informatieve website die laagdrempelig informatie geeft over hersenletsel, zowel over alle oorzaken als over alle gevolgen. Wilt u een inhoudelijke bijdrage leveren aan deze website? Fantastisch! Vul s.v.p. het formulier op de contactpagina van de website in of mail naar: [hersenletseluitleg@gmail.com](mailto:hersenletseluitleg@gmail.com).

Alle informatie van de site staat in het Engels op de site [www.braininjury-explanation.com](http://www.braininjury-explanation.com). Vanuit deze website is een stichting opgericht om de projecten te financieren. Donaties zijn zeer welkom. Onze stichting FBIE (Foundation for Brain Injury Explanation) heeft als rekeningnummer:

NL 42 ASNB 070 905 2170

FBIE is een ANBI stichting (Algemeen Nut Beogende Instelling). Een gift is aftrekbaar voor de belasting. Dank u voor uw gift!



De stichting is te vinden op de website: [www.braininjury-explanation.com](http://www.braininjury-explanation.com). U kunt (zowel in het Nederlands als in het Engels) contact opnemen met de stichting via mailadres: [braininjuryx@gmail.com](mailto:braininjuryx@gmail.com).



## Voor wie is Project Overprikkeling?

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

## Wat doet het project?

- Patiënten en professionals informeren
- Het overprikkelingsprobleem in kaart brengen
- Fondsen werven voor wetenschappelijk onderzoek
- Technische mogelijkheden verkennen om zelf een hulpmiddel tegen geluid overprikkeling te ontwikkelen.

## Waarom is dat nodig?

Het probleem Overprikkeling moet bekend, herkend en erkend worden, zowel in de maatschappij als binnen de medisch wetenschappelijke wereld.

## **Eén netwerk vormen**

Ons eerste doel is iedereen met hersenletsels en klachten van overprikkeling onze enquête te laten invullen. Hiermee gaan we de stap zetten naar onderzoek en oplossingen. Hoe meer mensen zich aansluiten, des te meer we kunnen bereiken. Help mee!

## **Uitgroeien tot een kenniscentrum**

Door alle kennis over gemeenschappelijke kenmerken en klachten van sensorische overprikkeling te verzamelen, creëren we een kenniscentrum en worden wij als groep een serieuze gesprekspartner voor beslissers en bestuurders.

## **Maatschappelijke bewustwording**

We streven ernaar bekendheid te creëren en zo te bevorderen dat veranderingen in de maatschappij gerealiseerd worden. Bijvoorbeeld, prikkelarme wacht-ruimten, het afschaffen van wachtstandmuziekjes bij telefonisch contact, het realiseren van stilte plekken in openbare ruimten, etc.

## **Stimuleren van productontwikkeling**

Hoe groter de doelgroep, hoe meer interesse een fabrikant heeft om hulpmiddelen te ontwikkelen. Bijvoorbeeld, producten die geluiden filteren of artikelen die visuele indrukken dempen. We onderzoeken de technische mogelijkheden om zelf een product te gaan maken.

## **Research naar vermindering van sensorische overprikkeling**

Serieuze wetenschappelijk onderzoek naar overprikkeling is broodnodig. Hiervoor willen wij zo veel mogelijk informatie aanraken en fondsen werven.

## **Met brede aanpak in beeld brengen**

Het probleem overprikkeling onder de aandacht brengen van instanties, instellingen, woonvormen, medici, media, wetenschappelijk onderzoekers, audiologen en audiciens en ontwikkelaars van audiologische hulpapparatuur. Zorgen dat revalidatiecentra rekening houden met het probleem van overprikkeling na NAH, zodat ze zorgen dat aan de randvoorwaarden voldaan wordt om een patiënt met een verstoorde prikkelverwerking optimaal te laten revalideren.

## **Eén van de citaten over overprikkeling op de site**

*Ik leef nu al 24 jaar geheel geïsoleerd. Natuurlijk heb ik speciale aangemeten oordoppen met filters uitgeprobeerd. Weggegooid geld... behalve dan om iets te dempen, maar het isoleert je nog steeds... je kan nog steeds niet deelnemen aan een gesprek, toch? Ja, ik heb ook het hele nutteloze traject doorlopen van een audiologisch centrum ....maar ze beseffen niet hoe het ECHT is. Ik kan geen geluiden verdragen op de achtergrond. Ik word dan ziek. Misselijk tot overgeven aan toe en draaierig. Ik moet dan dagen bijkomen door helemaal niets te doen.*

## **Bouw mee aan ons kenniscentrum**

Op verschillende manieren kunt u meebouwen aan ons kenniscentrum en ons helpen met de realisatie van onze doelstellingen. Kunt u een bijdrage leveren?

- Kent u iemand die ernstig prikkelgevoelig is? Wijs deze persoon op deze informatie en stimuleer haar of hem om de enquête in te vullen.
- Wilt u een onderzoek uitvoeren naar vermindering van sensorische overprikkeling bij NAH patiënten? Neem contact op.
- Ziet u mogelijkheden voor aanpassingen in openbare ruimten en instellingen of bij renovaties en nieuwbouwprojecten? Laat het ons weten!