



de Nederlandse CVA-vereniging

samen
verder

Na een CVA (beroerte) hoe verder?.

**Een CVA (beroerte) kan uw
leven drastisch veranderen!**



Wat is een CVA ?

In Nederland leven meer dan een half miljoen mensen met de gevolgen van een CVA. Per dag krijgen méér dan 100 mensen een CVA, ook wel beroerte genoemd, en 10.000 mensen overlijden jaarlijks als gevolg ervan.

CVA (Cerebro Vasculair Accident) is de medische term voor een ongeluk in de vaten van de hersenen en is een hersenbloeding of herseninfarct. Dit kan ontstaan door een verstopping, afsluiting van een bloedvat (herseninfarct) of het lekken of knappen van een bloedvat (hersenbloeding). In beide gevallen wordt de toevoer van bloed naar de hersenen verstoord waardoor het getroffen gedeelte te weinig zuurstof krijgt en hersencellen beschadigd worden.

Een CVA is de grootste oorzaak voor invaliditeit en onder vrouwen de belangrijkste oorzaak van overlijden. Jaarlijks overlijden 15x meer mensen als gevolg van een CVA dan er verkeersslachtoffers vallen.



De Nederlandse CVA-vereniging

De Nederlandse CVA-vereniging “ Samen Verder” komt op voor de belangen van mensen die zelf een CVA hebben gehad of mensen die iemand in hun naaste omgeving hebben die door een CVA is getroffen. De CVA-vereniging steunt mensen om zo goed mogelijk met de gevolgen van een CVA verder te leven door informatie en lotgenotencontact. Daarnaast geeft de vereniging voorlichting om een CVA te “voorkomen en herkennen”, waar levens mee gered kunnen worden.

Een CVA kan uw leven drastisch veranderen!

De acute fase

Een CVA heeft gevolgen, zichtbaar en onzichtbaar. Deze gevolgen kunnen zowel lichamelijk als geestelijk zijn zoals uitval aan linker- of rechterzijde, taal-spraakproblemen, ook wel afasie genoemd, visuele problemen en gedrachtsverandering. Met therapie kan er veel gedaan worden, maar het blijvend letsel na een CVA is vaak ingrijpend.

Mensen die een CVA (beroerte) hebben doorgemaakt, maar ook de omgeving zoals partner, familie en vrienden, leggen meestal een lange weg af.



“De symptomen van een CVA kunnen binnen korte tijd weer verdwijnen. Men spreekt dan van een TIA. Veelal is een TIA een voorteken voor het krijgen van een groter CVA. De gevolgen van een TIA zijn over het algemeen niet groot”.

In het ziekenhuis komt een patiënt, na het krijgen van een CVA op de stroke-unit terecht, een gespecialiseerde afdeling voor acute hulp aan CVA getroffen en. Hier worden de verschillende onderzoeken en behandelingen gedaan en wordt een plan voor behandeling en revalidatie voor langere termijn gemaakt.

De revalidatie (herstel) fase

Eerst het ziekenhuis, in de acute fase. Daarna de revalidatie op een herstel unit in een verpleeghuis of revalidatie centrum. Hier werkt men door middel van therapie aan het herstel. Veel zaken die men vroeger normaal kon doen zijn nu niet meer of in mindere mate mogelijk. In de revalidatie fase zal door therapie gewerkt worden aan een zo goed mogelijk herstel. Na de revalidatiefase gaat men meestal naar huis en volgt de chronische fase.

De chronische fase

Tot en met de revalidatiefase wordt alles geregeld. Maar er komt een moment dat men gelukkig weer naar huis mag en de begeleiding afgebouwd wordt. Dit wordt de chronische fase genoemd. Thuis gaat men, voorzover dit mogelijk is, de dagelijkse dingen weer oppakken.

In de acute en revalidatie fase heeft een getroffenene doorgaans minder behoefte aan bijvoorbeeld lotgenotencontact. Maar naarmate de hulp vanuit de zorgsector steeds minder wordt en men meer op zichzelf aangewezen is komen de vragen en de behoefte aan contact met mede-getroffenen. Het besef dat de CVA een behoorlijke stempel op het verdere leven gaat drukken wordt steeds duidelijker. Op zo'n moment komt de Nederlandse CVA-vereniging in beeld voor ondersteuning.

De opbouw van de vereniging

De Nederlandse CVA-vereniging is een landelijke vereniging met elf regio's. De activiteiten van de vereniging zijn:

- ✓ verstrekken van informatie en geven van voorlichting over de zichtbare en onzichtbare gevolgen door een CVA
- ✓ ondersteunen van personen die een CVA hebben gehad en de mensen in hun naaste omgeving
- ✓ bevorderen van lotgenotencontact
- ✓ opzetten en begeleiden van activiteiten voor en door haar leden
- ✓ samenwerken met hulpverleners, instellingen en andere patiëntenverenigingen
- ✓ belangenbehartiging tegenover zorgorganisaties, overheden en verzekeraars.



De CVA-vereniging ondersteunt getroffenene!

In de regio

De regio's zijn actief op het gebied van voorlichting, ondersteuning en lotgenotencontact en organiseren regionaal:



- ✓ voorlichtingsbijeenkomsten
- ✓ gespreksgroepen
- ✓ huisbezoek en telefonisch contact
- ✓ bewegings- en sportactiviteiten
- ✓ partnergroepen
- ✓ gezamenlijke ontspanning
- ✓ taalgroepen

De CVA-vereniging heeft regio's in bijna alle provincies. De adressen zijn te verkrijgen via het centrale informatiepunt van de vereniging en via de website, www.cva-vereniging.nl.

Landelijke activiteiten

De Nederlandse CVA-vereniging organiseert landelijk activiteiten die regio-overstijgend zijn of waarvoor regionaal geen mogelijkheden bestaan. Het gaat bijvoorbeeld om activiteiten voor mensen die op jonge leeftijd door een CVA zijn getroffen en hun partners, of om activiteiten voor kinderen met een ouder die een CVA heeft gehad. Tevens wordt vanuit het landelijke het werk van de regio's ondersteund waar dat nodig en mogelijk is.

Vrijwilligers

De Nederlands CVA-vereniging is een organisatie van vrijwilligers. Honderden vrijwilligers die, veelal zelf getroffen of beter gezegd ervaringsdeskundigen zijn. Zij zetten zich in voor de vele activiteiten die de vereniging op landelijk en regionaal niveau organiseert. Gezien de vele activiteiten die plaatsvinden is er altijd vraag naar gemotiveerde mensen. Wilt u méér weten? Neem contact op met het secretariaat of met een van de regio's.



CVA infolijn 088 3838300

De Europese Dag van de Beroerte



Ieder jaar, op de tweede dinsdag in mei organiseert de Nederlandse CVA-vereniging een nationaal evenement: “De Europese Dag van de Beroerte”. De dag wordt in méér dan 19 landen gehouden en is door Safe, de Europese patiëntenorganisatie, opgezet als CVA preventiedag.

Op deze dag wordt in enkele honderden instellingen extra aandacht besteed aan het CVA. Ziekenhuizen, revalidatiecentra, verpleegtehuizen maar ook huisartsen en apothekers geven deze dag in samenwerking met de Nederlandse CVA-vereniging extra voorlichting. Op vele plaatsen worden gratis controles gehouden van bloeddruk, bloedsuiker, gewicht en cholesterol. Diverse instellingen organiseren tevens een informatiemarkt. Op de Europese Dag van de Beroerte wordt bij duizenden mensen de risico's van een CVA extra onder de aandacht gebracht. Risico's die door een verantwoorde levensstijl als goede voeding, niet roken en regelmatige beweging kunnen worden beperkt.

Publieksactie “Voorkom en Herken een CVA”



Naast voorlichting aan CVA-getroffenen en hun omgeving zorgt de Nederlandse CVA-vereniging ook voor informatie aan het grote publiek. Het is noodzakelijk dat mensen de risico's van een CVA kennen, maar ook dat men een CVA herkent zodat men snel kan handelen. De gevolgen kunnen in veel gevallen beperkt worden indien een CVA binnen 4-4½ uur behandeld wordt.

Een gezonde levensstijl vermindert het risico van een CVA. Denk daarbij aan goede voeding, niet roken en voldoende beweging. Ook een regelmatige controle is van belang. Laat bloeddruk, bloedsuiker en cholesterol minstens éénmaal per jaar meten. Dit zijn de belangrijkste risicofactoren.

De Europese Dag van de Beroerte - 2e dinsdag in mei

CVA infolijn 088 3838300

centraal informatiepunt

De Nederlandse CVA-vereniging werkt samen met andere verenigingen op het gebied van hersenletsel. Vanuit een centraal kantoor worden alle activiteiten gecoördineerd en is tevens het centrale informatiepunt.

Ons kantoor is op werkdagen bereikbaar van 10.00-14.00 uur via telefoonnummer 088 3838300. U kunt het secretariaat ook een email sturen; secretariaat@cva-vereniging.nl.

landelijke en regionale websites

Op onze landelijke website treft u veel informatie aan. Onze website is in eerste instantie bedoeld voor onze leden en voor professionals uit de zorgsector. Maar ook andere belangstellenden zijn van harte welkom. Naast uitgebreide informatie en nieuws over het CVA kan men zich via de website aanmelden als lid of donateur of brochures en boeken bestellen.

Diverse brochures zijn ook te downloaden.

www.cva-vereniging.nl

Wilt u meer informatie over de regio's? Iedere regio van de CVA-vereniging heeft een eigen website.

De adressen vindt u op de landelijke website.



CVA forum - www.cvaforum.nl

Op het CVA forum treffen getroffen en partners en familie van, professionals uit de zorg en andere belangstellenden elkaar. Het forum is vrij toegankelijk. Wil men "meepraten" dan dient men zich eerst aan te melden. Het adres: www.cvaforum.nl.

Wegwijzer na een beroerte



Onder redactie van de Nederlandse CVA-vereniging is eind 2008 de achtste druk van de "Wegwijzer na een beroerte" verschenen. Deze wegwijzer is bestemd voor iedereen die met een CVA ((beroerte) te maken krijgt. Dit boek is te bestellen door € 12,50 (inclusief verzendkosten) over te maken op rekening 382 839 749 ten name van de Nederlandse CVA-vereniging onder vermelding van uw naam, adres en woonplaats.

WAT IS EEN CVA? VOORKOM EEN CVA! HERKEN EEN CVA!



De Nederlandse CVA-vereniging is een landelijke patiëntenvereniging die opkomt voor de belangen van CVA-getroffenen en hun partners en steunt hen om zo goed mogelijk met de gevolgen van een CVA om te gaan. De vereniging telt elf regio's en twee werkgroepen van waaruit diverse activiteiten georganiseerd worden. In deze brochure leest u meer over een CVA en over de activiteiten van de CVA-vereniging.

LIDMAATSCHAP

Als lid van de landelijke vereniging bent u automatisch lid van de regio en kunt u deelnemen aan landelijke en regionale activiteiten. De kosten voor een lidmaatschap zijn laag te noemen. Diverse zorgverzekeraars vergoeden uw lidmaatschap.

STEUN ONZE ACTIVITEITEN

De CVA-vereniging is een organisatie van vrijwilligers en afhankelijk van subsidies en (uw?) donaties. Voelt u zich aangesproken door onze doelstellingen en activiteiten wordt dan donateur. Door donateur te worden steunt u de activiteiten van de Nederlandse CVA-vereniging. Donateur bent u al vanaf € 15 per jaar.

Met uw bijdrage kunnen wij onze activiteiten voortzetten, onder andere de publieksactie "Voorkom en Herken een CVA" onder de aandacht blijven brengen waardoor meer levens kunnen worden gered.

Bezoek de website of bel ons om uzelf aan te melden als donateur of lid of voor méér informatie. U kunt uw bijdrage ook overmaken op onze bankrekening 13 42 41 983 ten name van de CVA-vereniging.

U kunt zich ook schriftelijk aanmelden. Stuur uw naam, adres en telefoonnummer naar: Antwoordnummer 1289 - 6800 VW Arnhem en wij nemen contact met u op.

www.cva-vereniging.nl - CVA infolijn 088 38 38 300



de Nederlandse CVA-vereniging
samen
verder

Steunt CVA getroffen en hun omgeving.