

# HJERNERYSTELSE

*PCS - Postcommotionelt syndrom*



**Når hjernerystelsen ikke går over**  
*- et tilbud om hjælp*



**CSU-Slagelse**

Center for Specialundervisning

## Målgruppe

Målgruppen er personer med følger efter hjernerystelse.

Ved hjernerystelse kan der opstå skader på nervebanerne og i støttevævet, hvilket påvirker de kemiske systemer og blodgennemstrømning i hjernen.

Oftentimes kan disse forandringer ikke påvises ved skanning eller neurologisk undersøgelse.

Omkring 25.000 personer rammes hvert år af hjernerystelse. De fleste kommer sig efter få dage eller uger.

En gruppe på ca. 10 % af hjernerystelsesramte personer oplever dog langvarige gener og kan have behov for en målrettet rehabiliteringsindsats for at opnå fremgang.

## Følgerne efter hjernerystelse kan være

- Hovedpine
- Synsforstyrrelser
- Lysfølsomhed
- Svimmelhed
- Træthed
- Koncentrationsproblemer
- Hukommelsesproblemer
- Lydfølsomhed
- Tinnitus
- Søvnproblemer

## Formål

- At kunne håndtere hjernerystelsens følger bedst muligt
- At øge forudsætninger for, at kunne genoptage/fastholde/påbegynde job eller uddannelse
- At kunne håndtere hverdagslivet bedst muligt

## Indhold

Med udgangspunkt i personens oplevelse af problemerne sammensættes indhold og forløb.

- Forundersøgelse
- Undervisning i symptomer og mekanismer ved en hjernerystelse
- Undervisning i de sociale og intellektuelle følger efter en hjernerystelse
- Beskæftigelsesrettet indsats
- Synstræning
- Undervisning vedr. lydfølsomhed og tinnitus
- Mindfulness og kognitiv terapi
- Vejledning i energihåndtering
- Søvnejledning
- Fysioterapeutisk forløb
- Afsluttende evalueringsrapport

## Teamet

Består af specialiserede fagpersoner

- Mindfulness instruktører
- Kognitiv terapeut
- Neurofaglig konsulent
- Ergoterapeut
- Fysioterapeut
- Synskonsulent
- Neurooptometrist
- Audiologopæd
- Søvnejleder
- Konsulent med særlig viden om arbejdsrehabilitering.

Der er desuden tilknyttet neuropsykolog til teamet i forhold til faglig sparring.

## Henvisning

Henvisning til tilbuddet skal ske via en bevilling fra en kommunal myndighed f.eks. jobcentret.

For yderligere information vedr. pris og forløbets omfang

**Kontakt:**

CSU-Slagelse  
Rosenkildevej 88 B  
4200 Slagelse

tlf. 58 57 57 60  
csu-slagelse@slagelse.dk

<http://csu.slagelse.dk>