

Wat is een CVA?

DE FEITEN OP EEN RIJTJE



Wat is een CVA?
Voorkom een CVA!
Herken een CVA!

- ✓ Een CVA of beroerte is een hersenbloeding of herseninfarct waarbij de bloedtoevoer naar de hersenen stagneert.
- ✓ Er vallen per jaar 15 keer meer slachtoffers door een CVA dan door verkeersongevallen.
- ✓ Jaarlijks krijgen 41.000 mensen een CVA.
- ✓ Een CVA is de grootste oorzaak van invaliditeit en sterfte onder vrouwen.



Wat is een CVA?
Voorkom een CVA!
Herken een CVA!

- ✓ Door een gezonde leefstijl wordt het risico voor het krijgen van een CVA verminderd.
- ✓ Zorg voor een goede voeding, eet gevarieerd en voldoende groente en fruit en rook niet.
- ✓ Zorg ook dat u voldoende beweging krijgt, beweeg tenminste 30 minuten per dag.
- ✓ Laat regelmatig (tenminste éénmaal per jaar) uw bloeddruk, cholesterol en bloedsuiker meten door uw huisarts.



Wat is een CVA?
Voorkom een CVA!
Herken een CVA!

- ✓ Door een CVA binnen 4-4½ uur te behandelen kunnen ernstige gevolgen voorkomen worden.
- ✓ Herken een CVA aan verlamningsverschijnselen, scheve mond en verwarde spraak.
- ✓ Vermoedt men een CVA, bel onmiddellijk 112.

Niet aangeboren hersenletsel verandert een leven compleet. De vereniging Hersenletsel.nl is er om kennis over en het begrip voor hersenletsel te vergroten. Wij helpen mensen met een hersenletsel de draad weer op te pakken, meer te weten te komen over een hersenletsel en de consequenties en ook daarover in contact te komen met anderen. Daarnaast werken we samen met partners in gezondheidszorg, mantelzorg en beleid om de zorg, ondersteuning en de maatschappelijke aandacht meer op de wensen en mogelijkheden af te stemmen. Doe mee en help ons de zorg voor mensen met hersenletsel te verbeteren.



Lid of donateur worden?

- ▶ Circa 20% van onze activiteiten wordt gesubsidieerd, alle andere activiteiten kunnen alleen uitgevoerd worden met uw steun als lid of donateur
- ▶ U steunt daarmee het werk van Hersenletsel.nl en talloze vrijwilligers die zich dagelijks voor getroffen en hun naasten inzetten
- ▶ U hebt direct voordeel van het lidmaatschap bij het aanschaffen van publicaties, hulpmiddelen of andere producten via de website of bij het landelijk bureau
- ▶ U kunt uw lidmaatschap mogelijk via uw zorgverzekeraar (deels) vergoed krijgen. Informeer bij uw zorgverzekeraar naar de mogelijkheden van teruggave.



herzenletsel.nl

www.hersenletsel.nl - Tel 026 3 512 512
werkdagen van 10.00 - 15.00 uur



herzenletsel.nl

Een CVA kan uw leven DRASTISCH veranderen!

Wat is een CVA? Voorkom een CVA! Herken een CVA!



Wat is een CVA?



Ieder jaar krijgen 41.000 mensen, jong en oud, een CVA, ook een beroerte genoemd. Een CVA is een hersenbloeding of herseninfarct. Bij een hersenbloeding knapt een bloedvat in de hersenen, bij een herseninfarct raakt een bloedvat in de hersenen verstopt. In beide gevallen loopt de zuurstoftoevoer naar de hersenen gevaar.

De gevolgen van een CVA zijn verschillend. Er zijn mensen die nauwelijks gevolgen ondervinden van een CVA maar er is een grote groep die met de regelmatig voorkomende ernstige gevolgen van een CVA verder moet leven. Gevolgen kunnen lichamelijk en geestelijk zijn; gedeeltelijke of gehele invaliditeit, spraakproblemen, visuele problemen en verandering van karakter.

Een aantal van deze gevolgen zijn met therapie te behandelen.



Een CVA kan uw leven drastisch veranderen. Invaliditeit maar ook verandering van karakter. Het voorkomen en herkennen van een CVA is daarom van groot belang.

Voorkom een CVA!



Extra risico's voor het krijgen van een CVA zijn onder meer hoge bloeddruk, hoog cholesterolgehalte, diabetes, overgewicht, hartritme stoornissen, roken en overmatig drinken. Als we deze factoren zouden kunnen uitschakelen kunnen meer dan de helft van de CVA's worden voorkomen.

Een gezonde levensstijl is van essentieel belang. Goede en gevarieerde voeding met een dagelijks portie groenten en fruit. Ook voldoende beweging zorgt ervoor dat uw lichaam in een goede conditie blijft. Fiets of loop tenminste 30 minuten per dag. Misschien een paar kilo's eraf en stoppen met roken!

Van groot belang is dat u uzelf op de risicofactoren laat controleren. Laat tenminste éénmaal per jaar uw bloeddruk, cholesterolgehalte en suikerspiegel door uw (huis)arts meten. Hiermee kunnen de risico's in een vroeg stadium worden vastgesteld.



Door goede voeding, voldoende beweging, niet roken en matig zijn met drank én een regelmatige controle van bloeddruk, cholesterol en bloedsuiker kunt u het risico van een CVA verkleinen.

Herken een CVA!



Door snel te handelen bij het constateren van een CVA kunnen ernstige gevolgen worden beperkt en zelfs mensenlevens worden gered. Daarom is het zo belangrijk dat een CVA in een zo vroeg mogelijk stadium wordt herkend en hulp wordt ingeroepen.

Een CVA kan diverse signalen hebben. Signalen als éénzijdige uitval van arm en/of been, verward, moeilijk of niet kunnen praten, slecht zien met of blindheid van één oog, scheefhangende mond en hevige duizeligheid zijn de meest voorkomende.

Belangrijk is dat men weet wanneer een CVA is opgetreden. Behandeling van een herseninfarct binnen 4-4½ uur kan de kans op ernstige gevolg enorm verkleinen.

Constaateert of vermoedt u een CVA, bel dan onmiddellijk 112! Elke minuut telt.



Het herkennen van een CVA kan van levensbelang zijn. Kenmerken zijn links of rechts verlamingsverschijnselen, hangende mondhoek en/of verwarde spraak.