



*Kijk, mijn*   
**hersenen**

Alleen voor de *allermoedigsten*



**Dit boekje** is van:

---

*(je naam invullen)*

ping!

Dit boekje werd ontwikkeld voor kinderen en jongeren met **CP (cerebrale parese)**. Naast motorische beperkingen ervaren zij regelmatig ook moeilijkheden op cognitief en emotioneel vlak. Ondanks de grote verschillen in wat deze personen wel of niet kunnen, kunnen zij mits de juiste omkadering en voldoende hulp op maat, net zoals iedereen, een gelukkig en kwaliteitsvol leven hebben. We hopen dat dit boekje kan helpen om iedereen die met CP te maken krijgt een beter inzicht te geven in deze aandoening.

*Kijk, mijn*  
**hersenen**  
Alleen voor de *allermoedigsten*

© 2024 Noozi  
© Concept, tekst en illustraties van Esther Lekanne  
Printed by INK69

Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, vertaald en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, mail, pdf of op welke andere wijze ook, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever: [esther@noozi.be](mailto:esther@noozi.be)



Hé, dit is een leuk boekje!  
Het gaat over je **hersenen**\*  
en over **CP**.

Lees:  
[see-pee]

'Maar **CP** is toch helemaal niet zo leuk?'

Klopt, dat je **CP** hebt is  
inderdaad soms niet zo leuk.  
Je hebt het ook al superlang.  
Maar nu je wat ouder bent,  
kan je het vast wat beter  
*begrijpen*.

De kleine lettertjes onderaan zijn  
voor de **allernieuwsgierigsten**  
en voor je ouders.

\* Een ander woord voor *hersenen* is **brein**.

Wist je trouwens dat de letters **C** en **P**  
afkortingen zijn voor

**cerebrale** en **parese**\*?

Lees:  
[see-ree-braa-le  
paa-ree-ze]

'Huh? Heel veel brave chinezen?'

Nee, grapjas, ☺

**ce-re-bra-le pa-re-se**

maar je mag gewoon **CP** zeggen.

'Oef!'

Ja, sommige *woorden* zijn heel lang  
en best moeilijk om te lezen.  
En soms staan ze voor jou ook een beetje  
scheef en raar. Of heel erg door elkaar.

Dan is *samen lezen* makkelijker  
of je laten *voorlezen* leuker.

Kijk hier,  
een leuke  
vrienden-  
**TIP!**

\* *Cerebrale parese* is een **neurologische** aandoening.





Kijk, eerst gaan we helemaal terug naar het prille *begin*.

Je bent nog niet *geboren*, maar toch besta je al.

Je bent een piepklein *lichtpuntje* in je mama's buik.



'Echt?'

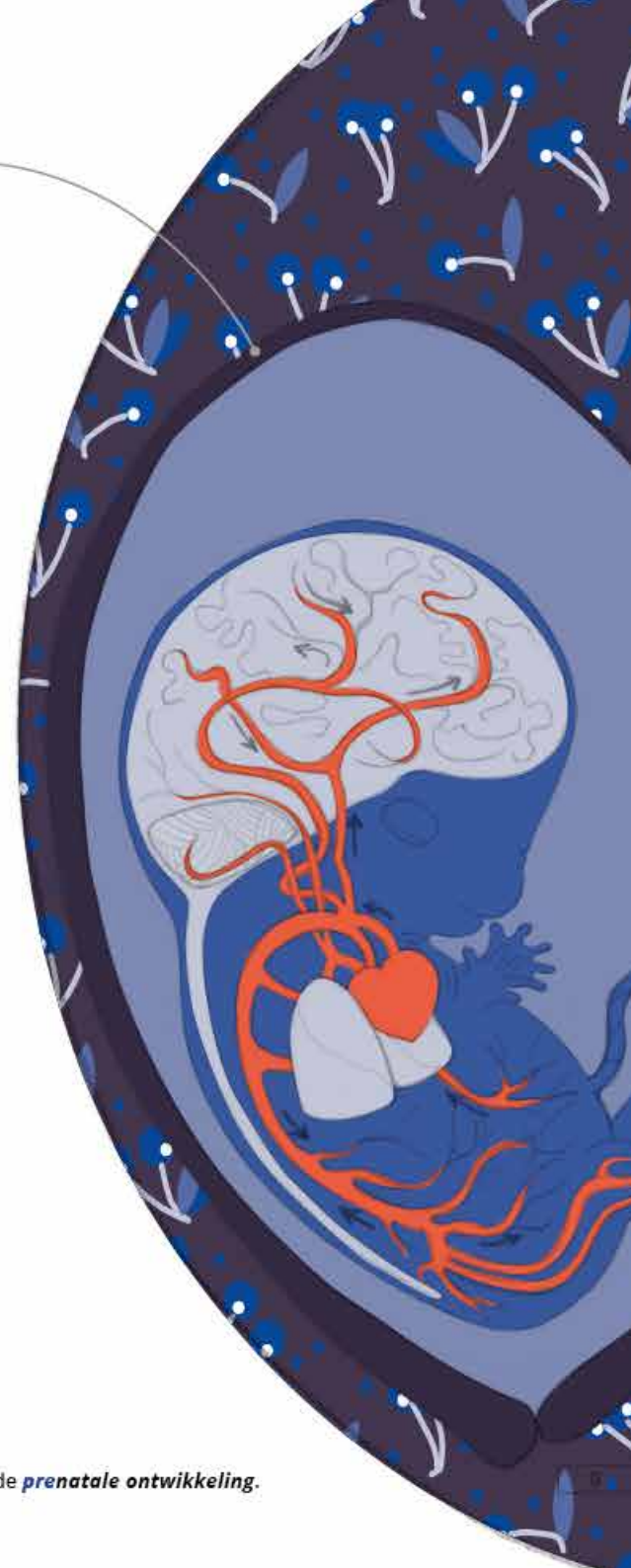
Ja!

Dit prille *begin* is SUPERbelangrijk. Want net zoals *fruit* rustig moet kunnen *rijpen*, moet jij nu langzaam kunnen *groeien*.

In je mama's buik begint je kleine *hartje* al snel te *kloppen* en *stroomt* er *bloed* door dikke en dunnere *bloedvaten*.

Zjwoef, zjwoef ... zjwoef, zjwoef ... op en neer, en heen en weer, van en naar je *hersentjes*.

Een beetje later beginnen ook je *spieren* en je *botten* te groeien en krijg je kleine *armpjes* en *beentjes*\*.



\* De groei in je mama's buik voor de geboorte, noemen we de *prenatale ontwikkeling*.



Omdat je nu nog niet kan *ademen*,  
stroomt er ook **bloed** door de *moederkoek*<sup>\*(1)</sup>.

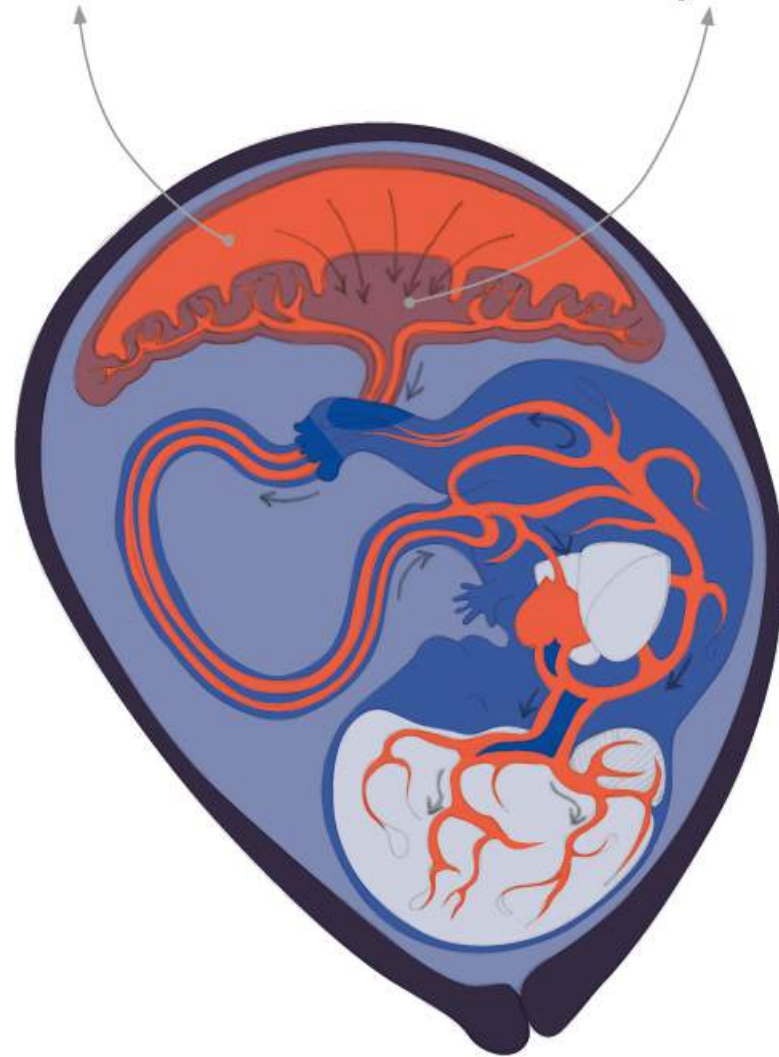
Aan deze kant, het **bloed** van je mama, en aan de andere kant dat van jou<sup>\*(2)</sup>.

Want om te *blijven leven*  
hebben je **hersenen**  
*àltijd* en *óveral*  
**zuurstof** nodig!

Gelukkig zit er in het **bloed** van  
je mama SUPERveel **zuurstof**.

In dit boekje noemen we dit  
'**superbloed**'<sup>\*(3)</sup> en met je  
**navelstreng** kan je er zoveel  
van *tanken* als je wilt.

'Cool!'



<sup>\*(1)</sup> De *moederkoek* groeit naast jou in de *baarmoeder*.

<sup>\*(2)</sup> Omdat jij en je mama elk jullie eigen **bloedsomloop** hebben, stroomt jullie bloed, ook in de *moederkoek*, gescheiden van elkaar. In je hoofd vormen meerdere slagaders een soort ring, de **cirkel van Willis**. Van hieruit wordt je bloed gelijkmatig over je hersenen verdeeld.

<sup>\*(3)</sup> Bloed met veel zuurstof, noemen we **zuurstofrijk bloed**. Naast *zuurstof* krijg je via de *moederkoek* ook *voeding*.

Je **hersenen** hebben ook '**superbloed**' nodig om te kunnen *groeien*.

Terwijl je **longen** verder *rijpen*  
en je steeds meer op een *klein mensje*  
begint te lijken, krijgen ook  
je **hersenen** steeds meer *vorm*.

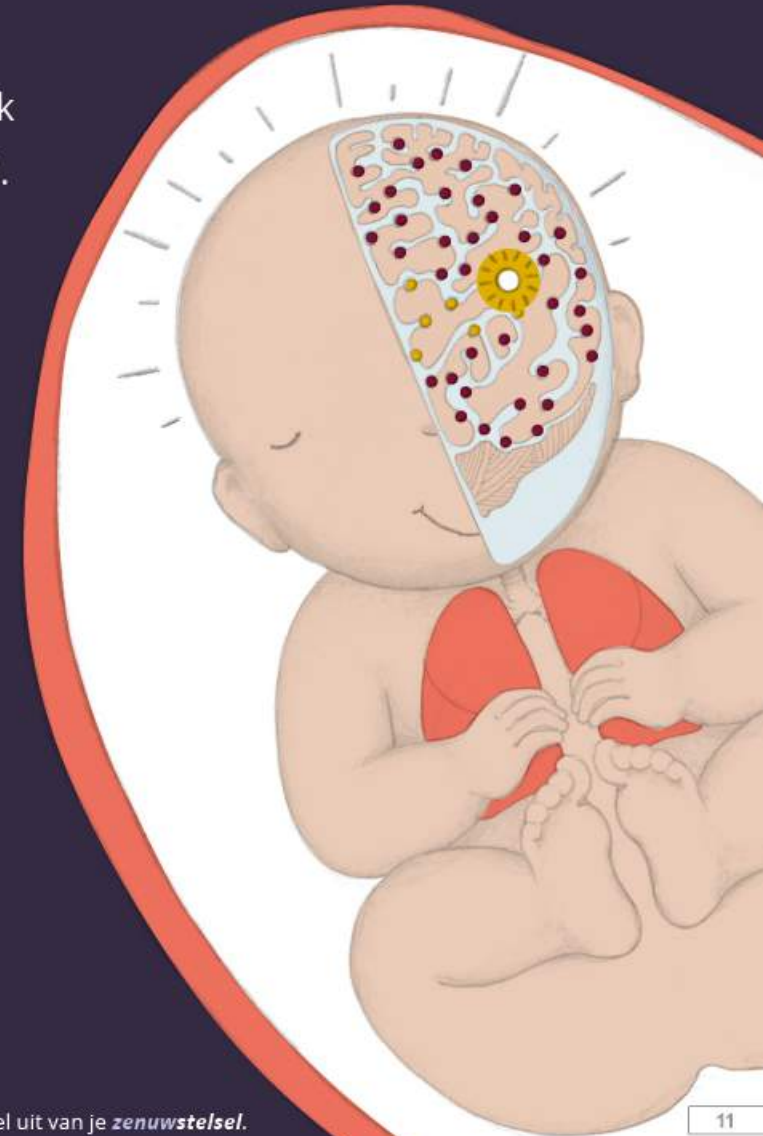
De *bouwstenen* van je  
**hersenen**

zijn je **hersencellen**<sup>\*</sup>.

Ze lijken een beetje op  
mini-**lampjes** die  
*aan* en *uit* kunnen gaan en met  
elkaar *verbonden* zijn door  
**slingers**.



'Ping!'



<sup>\*</sup> **Hersencellen** noemen we ook **neuronen**. Ze maken deel uit van je **zenuwstelsel**.



Al snel werken je **hersenen** als een *supercomputer* voor je **lichaam**.

Kijk, zo zien ze eruit.

Links en rechts zie je je beide **hersenhelften** <sup>\*(1)</sup>.

Dit hier is je **hersenschors** <sup>\*(2)</sup>, een grijze gerimpelde schil aan de buitenkant van je **grote hersenen**.

En hier zie je de **witte stof** <sup>\*(3)</sup> en de **centrale grijze kernen** <sup>\*(4)</sup>.

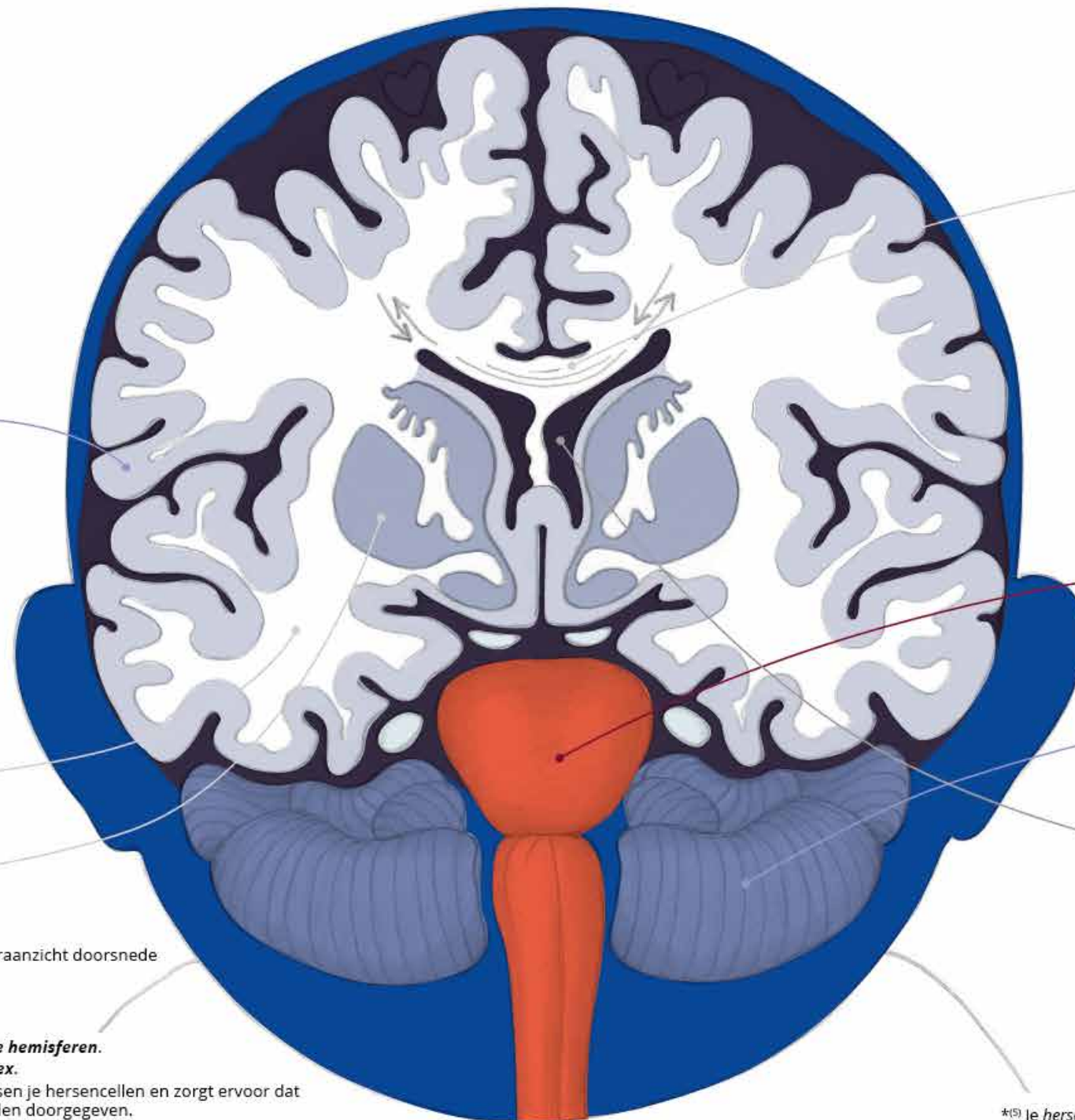
vooraanzicht doorsnede

<sup>\*(1)</sup> Je beide **hersenhelften** noemen we **cerebrale hemisferen**.

<sup>\*(2)</sup> Je **hersenschors** noemen we **cortex**.

<sup>\*(3)</sup> De **witte stof** is een isolatielaagje (**myeline**) rond de zenuwbanen tussen je hersencellen en zorgt ervoor dat signalen tussen je hersencellen bliksemsnel worden doorgegeven.

<sup>\*(4)</sup> De **centrale grijze kernen** zijn een tussenstation waar prikkels gefilterd worden.



Dit hier is je **hersensbalk** <sup>\*(5)</sup>. Die zorgt voor *verbinding* tussen je **linker-** en **rechterhersenhelft**.

In het midden ligt je **hersensham**.

En zie je achteraan ook je **kleine hersenen** <sup>\*(6)</sup>?

En die open ruimtes? Dat zijn je **hersensholten** <sup>\*(7)</sup>.

<sup>\*(5)</sup> Je **hersensbalk** noemen we **corpus callosum**.

<sup>\*(6)</sup> Je **kleine hersenen** noemen we **cerebellum**. Je **grote hersenen** noemen we **cerebrum**.

<sup>\*(7)</sup> Je **hersensholten** noemen we ook **hersenskamers** of **ventrikels**. Ze zijn gevuld met **hersensvocht**.



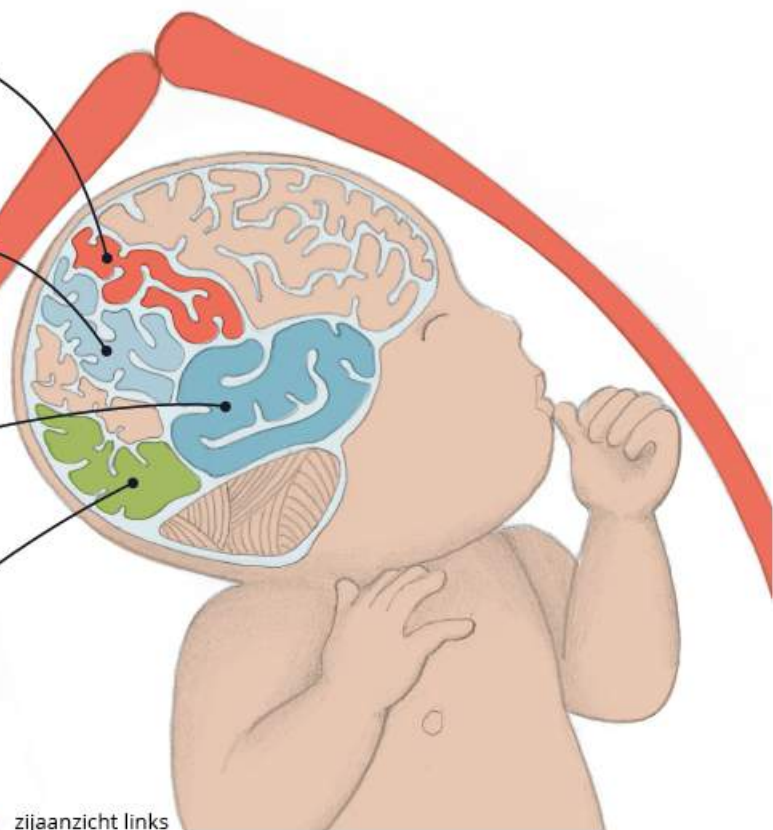
Je twee grote **hersenhelften** zijn verdeeld in **kwabben**, een beetje zoals de *partjes* van een *sinaasappel*, waarbij elke **kwab** zijn *eigen taak*<sup>\*(1)</sup> heeft.

Zo stuurt deze **kwab** je **spieren** aan zodat je goed kan *bewegen*<sup>\*(2)</sup>.

De **kwab** erachter zorgt ervoor dat je goed kan *voelen*<sup>\*(3)</sup>.

De **kwab** aan de zijkant zorgt ervoor dat je straks je mama en papa gaat kunnen *herkennen* en goed gaat kunnen *praten* en *onthouden*<sup>\*(4)</sup>.

En deze kleinere **kwab** achteraan zorgt ervoor dat je alles juist gaat kunnen *zien*<sup>\*(5)</sup>.



zijaanzicht links

<sup>\*(1)</sup> Met *taken* bedoelen we *functionele vaardigheden* en *dagelijkse handelingen* (of *ADL: algemene dagelijkse levensverrichtingen*).

<sup>\*(2)</sup> Het *hersengebied* dat je bewegingen aanstuurt is je *bewegingscentrum*.

<sup>\*(3)</sup> Het *hersengebied* dat *gevoelsprikkels* verwerkt is je *gevoelscentrum*. Beide liggen, links en rechts, in de *wandbeenkwab*.

<sup>\*(4)</sup> De twee *kwabben*, links en rechts aan de zijkant van je hoofd, noemen we *slaapkwabben*.

<sup>\*(5)</sup> Die in je achterhoofd is de *achterhoofdkwab*.

Gebiedjes in je **hersenslam** zorgen ervoor dat je goed kan *slikken* en *slapen*.

Deze **kwab** regelt je *gevoelens*<sup>\*(1)</sup>.

Deze grote **kwab** zorgt ervoor dat je goed gaat kunnen *puzzelen* en *plannen*. Ook leer je hier *inschatten* of iets al dan niet gevaarlijk is en of je iets *durft*<sup>\*(2)</sup>.

En je **kleine hersenen** zorgen ervoor dat je straks *leert fietsen* en *skiën*. Ze zorgen er ook voor dat je je evenwicht kan bewaren en niet van de trap valt<sup>\*(3)</sup>.

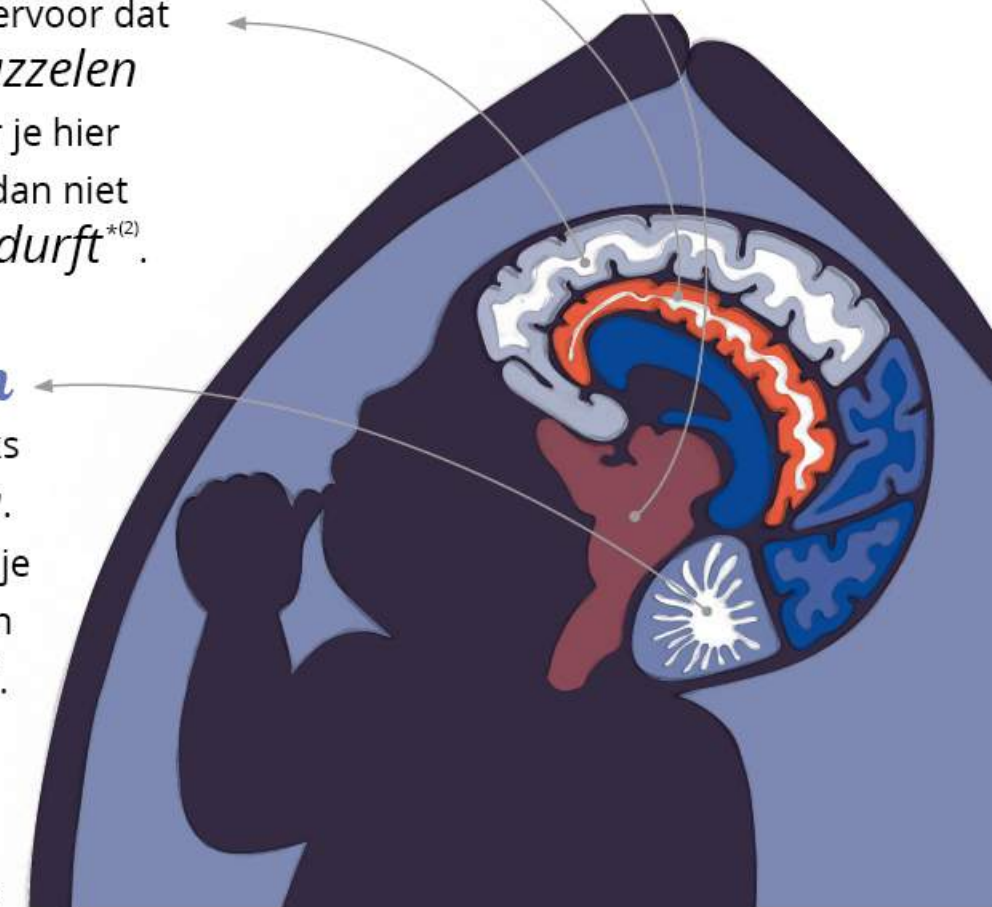
'Slim!'

zijaanzicht rechts doorsnede

<sup>\*(1)</sup> Met *gevoelens* bedoelen we *emoties*.

<sup>\*(2)</sup> De twee *kwabben*, links en rechts vooraan, noemen we *voorhoofdkwabben*. Hier worden ook je *gedrag* en je *sociale vaardigheden* ontwikkeld.

<sup>\*(3)</sup> Het *leerproces* waarbij je dingen leert te doen zonder er daarna nog bij na te denken, noemen we het *automatisatieproces*.







Maar omdat heel veel *taken* zoals *kruipen, stappen, praten, fietsen, plannen maken\** en zo... nogal ingewikkeld zijn, moeten verschillende **kwabben** straks ook goed kunnen **samenwerken**.

En overal waar er dan hard gewerkt wordt, daar gaan je **lampjes** aan.

*Ping, ping, ping ...*

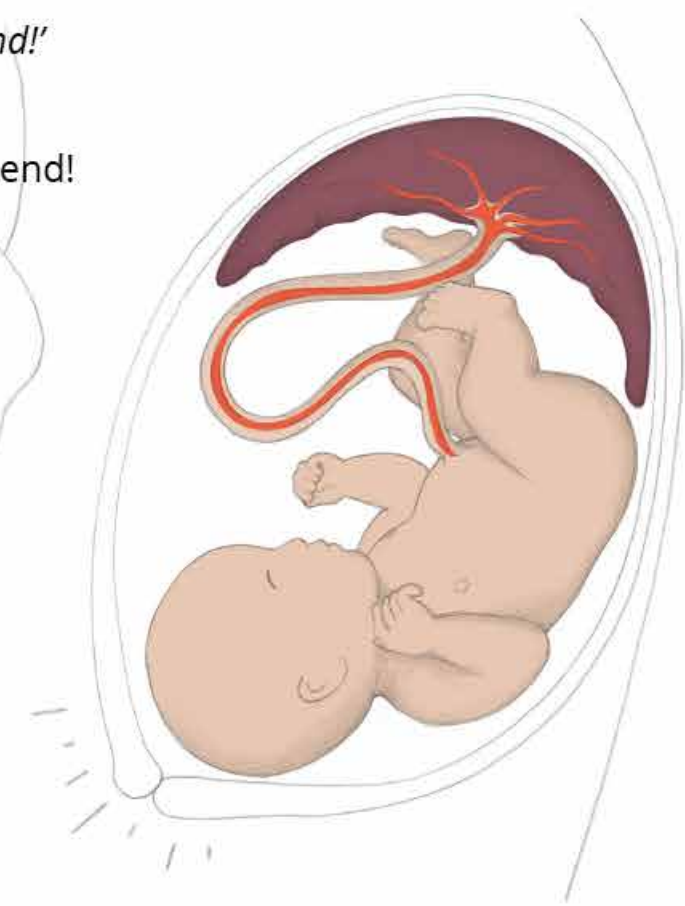
\* Vaardigheden die je op een bepaalde leeftijd zou moeten kunnen, noemen we **ontwikkelingsmijlpalen**.

Hèhè, na negen maanden ben je eindelijk **klaar**.  
Je bent een prachtige **baby** geworden en je mama mag **bevallen**.

'Oeh, spannend!'

Ja, superspannend!

Joepie, we krijgen een baby!



Het is SUPERbelangrijk dat je **hersenen** tijdens de **bevalling** **àltijd** en **óveral** '**superbloed**' blijven krijgen.

En dan, na een paar uur **ZWOegen**, word je **geboren!**

Toch is het nog even *spannend* want je moet nu *snel* beginnen *ademen*. Soms moeten we heel eventjes wachten maar dan ... *boef* ...

... klappen je *longen* open.

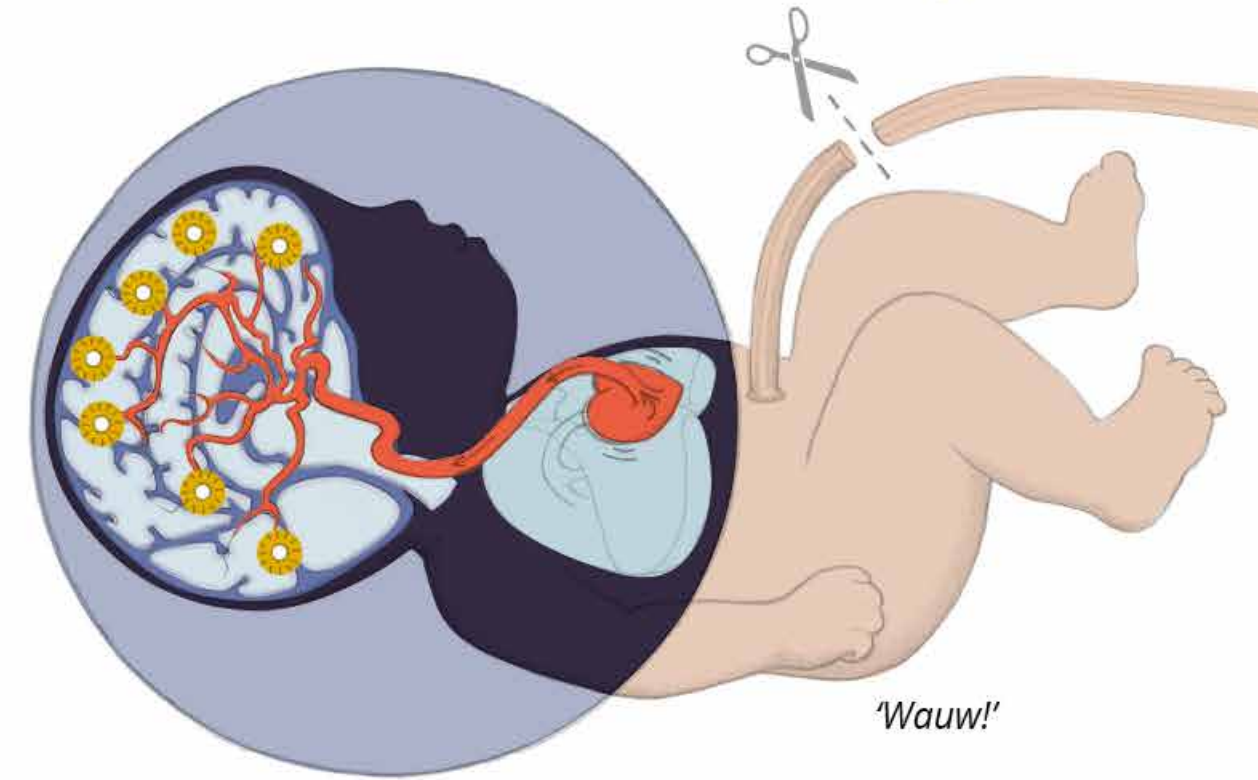


Je *longen* vullen zich voor de *allereerste* keer met *lucht* en *nemen* voor het *eerst* zelf *zuurstof* op.

*Proficiat!*

Vanaf nu heb je je *eigen 'superbloed'* en *pompt* je *eigen hartje* het verder naar je *hersenen*.

Je bent helemaal klaar om je *lampjes* zelf te laten *schitteren*\* en je hebt je *navelstreng* niet meer nodig.



\* De periode na je geboorte, noemen we de *neonatale periode*.



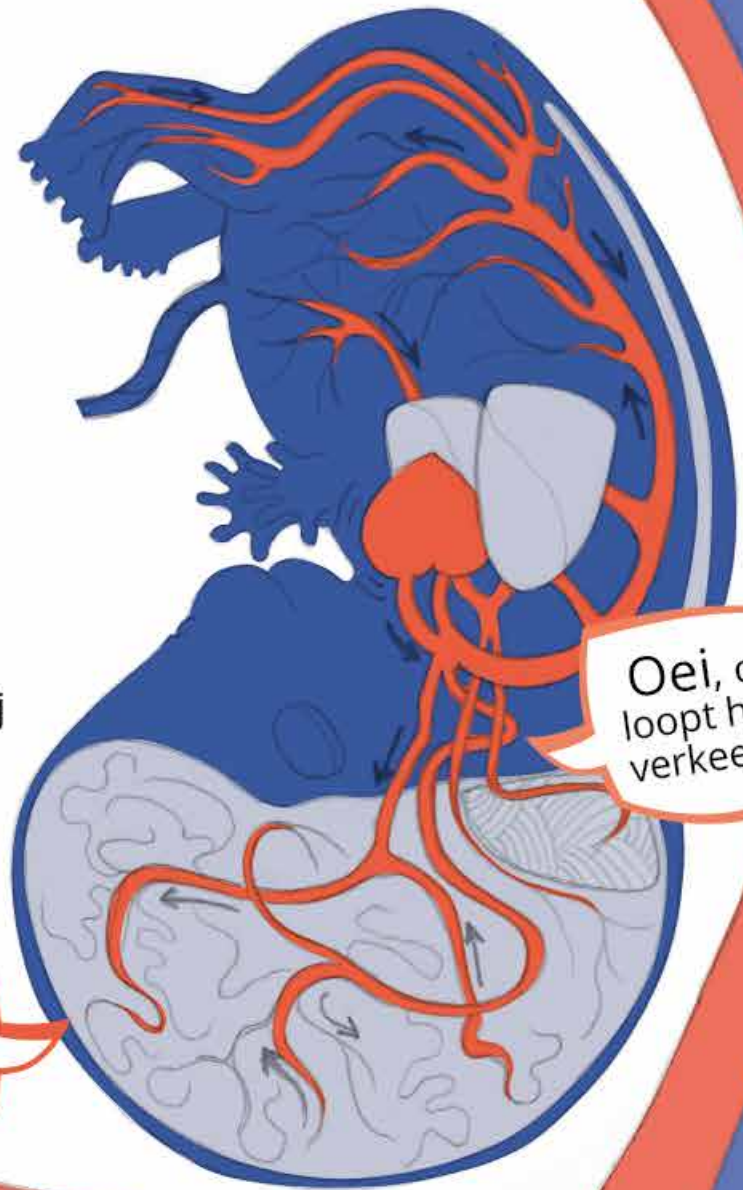
MAAR!!!

Soms loopt het niet zoals gepland!

Misschien maakten je **hersenen**, je **hart** of één van je **bloedvaten**

per ongeluk een **groeifout**\*<sup>(1)</sup>.

Of misschien werden jij en je mama **ziek**\*<sup>(2)</sup>.



Oei, dit loopt hier verkeerd!

Oh nee, ik heb koorts!

\*<sup>(1)</sup> Een **groeifout** noemen we ook een **aanlegstoornis**. Een **groeifout** in je hart of bloedvaten, noemen we een **hart-** of **bloedvat**afwijking. Als een **groeifout** werd doorgegeven via de **genen** van je papa en/of je mama, dan spreken we van een **aangeboren erfelijke afwijking**.

\*<sup>(2)</sup> Je kan erg ziek worden van sommige **virussen**, **bacteriën** of **parasieten**.

Of misschien werkte de **moederkoek** opeens niet meer zo goed en werd het **'superbloed'** plots **giftig**\*<sup>(1)</sup> of **scheurde** er ergens een **bloedvat**\*<sup>(2)</sup>!



Huh, dit werkt niet goed!

Bah, plots zo vies!

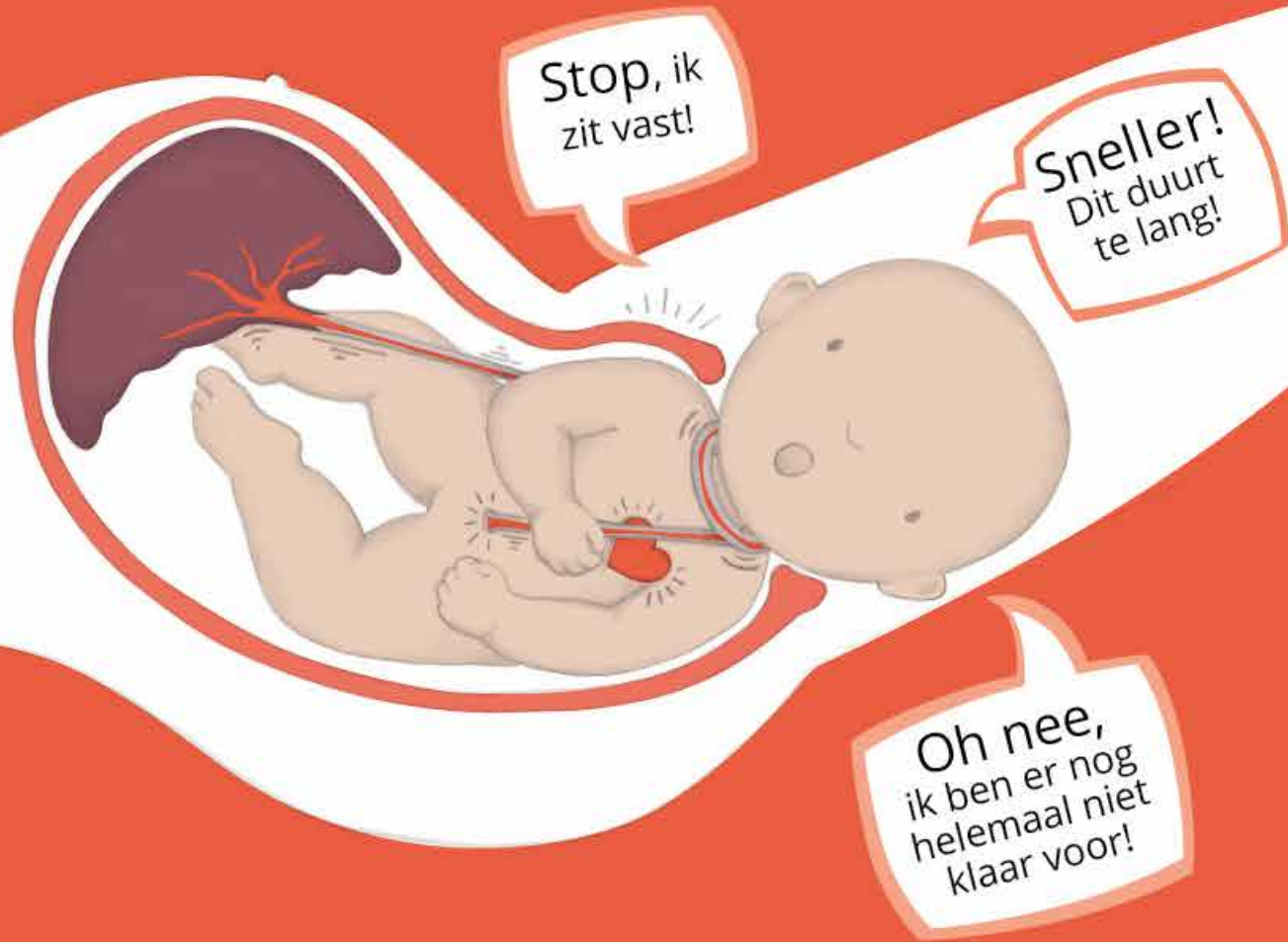
Help, ik bloed!

\*<sup>(1)</sup> Een moederkoek kan loskomen of verkeerd liggen maar een moederkoek die niet goed werkt, kan ook **zwangerschapsvergiftiging (pre-eclampsie)** veroorzaken.

\*<sup>(2)</sup> Een **bloeduitstorting** in de hersenen, noemen we een **hersenvloeding**.



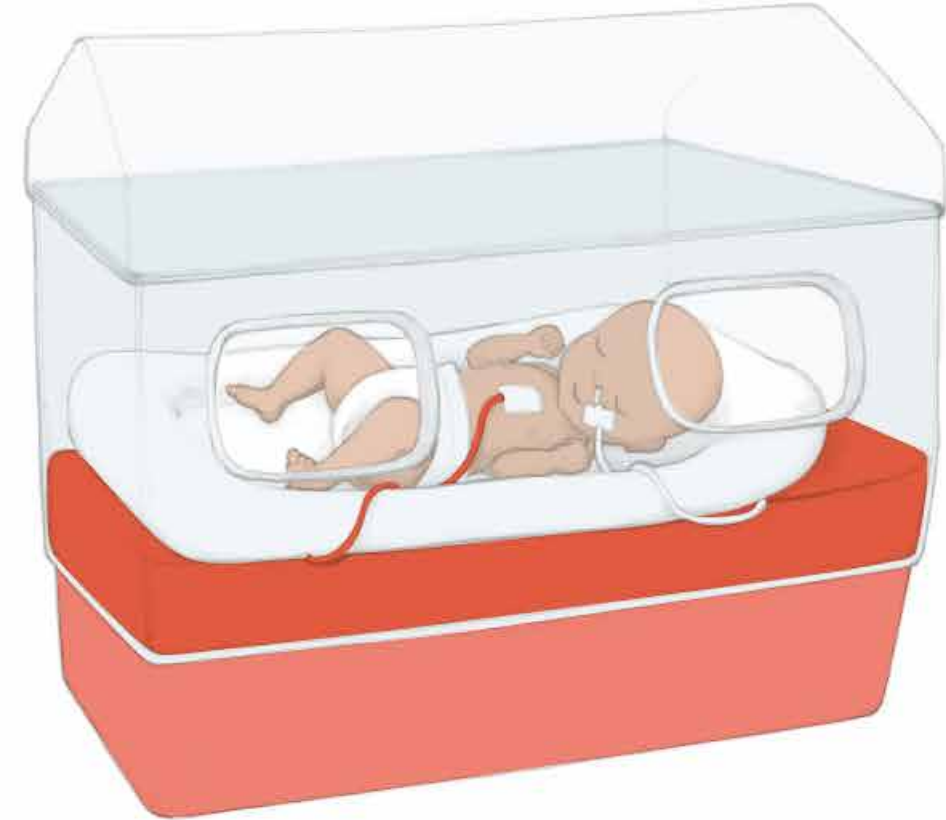
Of misschien verliep de **bevalling** niet zo **vlot**<sup>\*(1)</sup>  
of werd je veel **te vroeg geboren**<sup>\*(2)</sup>!



<sup>\*(1)</sup> Als je tijdens de bevalling te weinig **zuurstof** dreigt te krijgen, dan spreken we van **foetale nood**.

<sup>\*(2)</sup> Als je **te vroeg geboren** wordt, dan spreken we van **prematuur**.

Zo **vroeg geboren** worden was niet zo'n goed **nieuws**  
want je **longen** waren nog niet **rijp** genoeg en je **bloedvaten**  
en de **witte stof** in je **hersenen** waren nog niet **klaar**.



Ook kon de **witte stof** nog makkelijk beschadigd raken.  
Dat maakte je erg **kwetsbaar**<sup>\*</sup>.

'Oejoejoei!'

<sup>\*</sup> Een **afgesloten box** die je helpt om verder te groeien, noemen we een **couveuse**.



Inderdaad, *oejoejoei*. Want het zou kunnen dat door een *groeifout*, een *ziekte*, een *bloeding* of een ander probleem sommige *kwabben* eventjes *te veel* of *te weinig 'superbloed'* kregen\* waardoor er *lampjes* stuk sprongen!

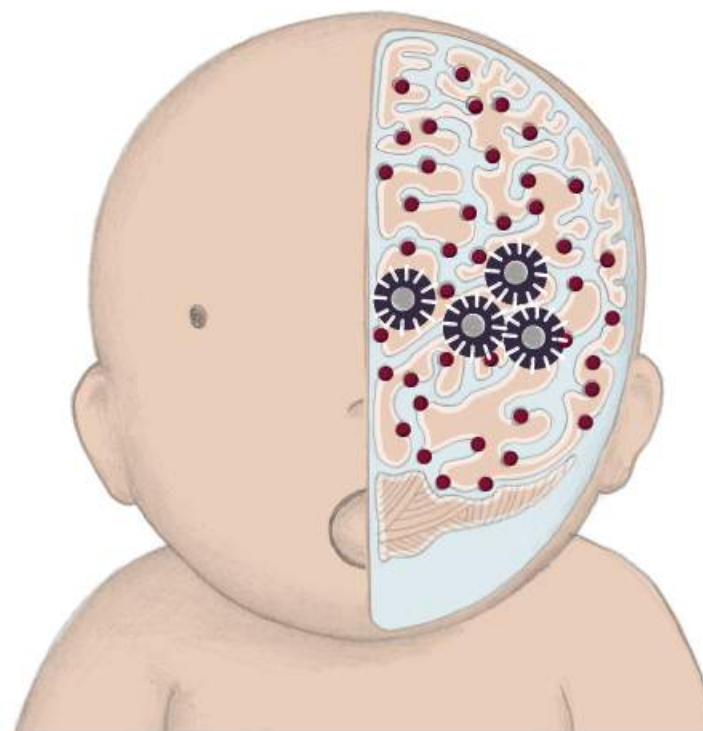


Gelukkig gingen niet alle *lampjes* stuk en heb je het *overleefd*, maar het kan je *hersenen* wel *beschadigen*.

\* Als je bloed te weinig *zuurstof* opneemt, dan spreken we van *zuurstoftekort* of *hypoxie*. Een tijdelijk tekort aan *zuurstof* tijdens de zwangerschap of rond de bevalling, noemen we *asfyxie*.

Schade aan je *hersenen* noemen we een *hersenletsel*. En kreeg je een *hersenletsel* als *baby'tje*, dan spreken we van *CP*<sup>\*(1)</sup>.

Lees:  
[see-pee]



'Weten we meteen hoe erg het is?'

Nee, meestal valt *CP* in het begin niet meteen op. Zeker als je een *mildere vorm* hebt, ontdekken we het vaak pas een paar maanden later<sup>\*(2)</sup>.

Ook kennen we de precieze *oorzaak* niet altijd, maar *te vroeg geboren* worden is wel vaak de *reden*.

<sup>\*(1)</sup> De diagnose *CP* geldt voor alle *niet-progressieve* vormen van *hersenschadiging*, opgelopen in de baarmoeder (*intra-uterien*), tijdens de bevalling, meteen na je geboorte of tijdens je eerste twee levensjaren. Als je op een later moment *hersenschadiging* oploopt door ziekte of een ongeval, dan spreken we van *NAH* (*niet-aangeboren hersenletsel*).

<sup>\*(2)</sup> Bij een *ernstige vorm* van CP is de diagnose meestal wel snel duidelijk.



Om zo goed mogelijk te kunnen inschatten *wat CP* bij jou doet, stellen we je ouders de komende jaren allerlei *vragen*\*.

In het begin vragen we hoe goed je kan *drinken, eten, rechtzitten, omrollen* en *kruipen*.

Als je wat ouder bent, dan vragen we hoe goed het lukt om te *stappen*.

En ben je nog wat ouder, dan vragen we hoe goed het lukt om te *praten, te lezen* en te *schrijven*. En of je jezelf alleen kunt *aankleden* en of het lukt om alleen naar de *WC* te gaan.

'Huh, willen jullie echt àlles weten?'

Euh, ja... toch zoveel mogelijk.

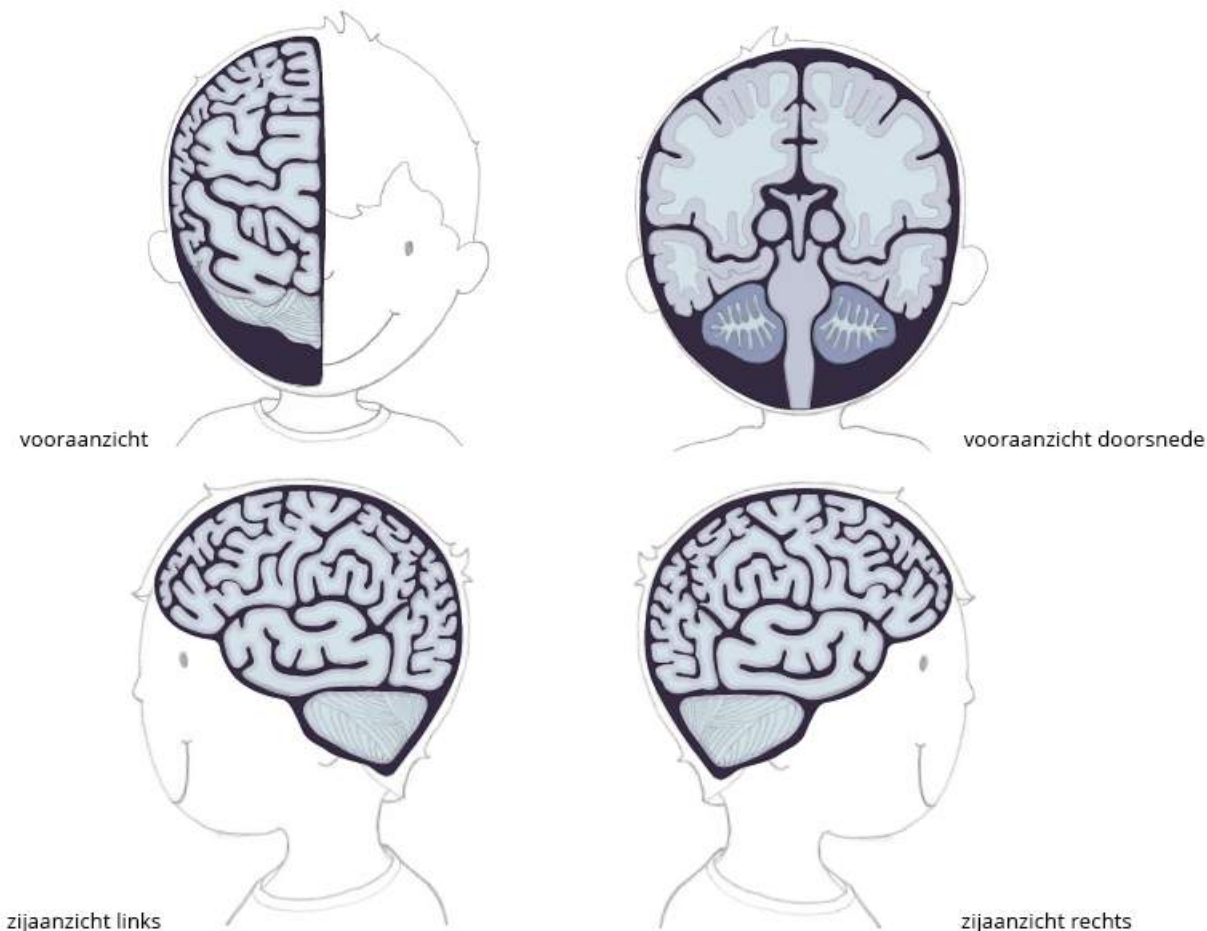


\* Binnen alle *taken* (vaardigheden) gaan we na hoe goed je ontwikkelt en welk *niveau* je haalt op welke leeftijd.

We noemen dit *classificatiesystemen* en maken een onderscheid tussen:

- *grofmotorische* vaardigheden of *GMFCS* (Gross Motor Function Classification System) zoals rollen, zitten, kruipen, stappen, ...
  - *fijnmotorische* vaardigheden of *MACS* (Manual Ability Classification System) zoals schrijven, knippen, een boterham smeren,
  - *eet- en drink*vaardigheden of *EDACS* (Eating and Drinking Ability Classification System),
  - *visuele* vaardigheden of *VFCS* (Visual Functional Classification System),
  - *communicatie*vaardigheden of *CFCS* (Communication Function Classification System) en *spraak*vaardigheden of *VSS* (Viking Speech Scale).
- Je wordt telkens beoordeeld op een schaal van 1 (zelfstandig) tot 5 (afhankelijk).

Ook gaan we je van kop tot teen *onderzoeken*.  
Je *hersenen* kunnen we bekijken door in het *kinderziekenhuis* een *SCAN*\* te maken.



Op een *hersenscan* kunnen we goed zien **waar** en **hoe groot** je *hersensletsel* is en of er *delen* of *holten* zijn die *afwijken*.

\* Foto's, 3D-afbeeldingen, scans of filmopnames die we in het ziekenhuis maken van je lichaam, noemen we *medische beeldvorming*. Naast een *CT-scan* en een *MRI-scan* (geeft meer detail) zijn er nog verschillende andere manieren om naar de binnenkant van je lichaam te kijken zoals een *echografie*, een *ECG* van je hart, een *EEG* van je hersenen, een *RX* van je botten, ...



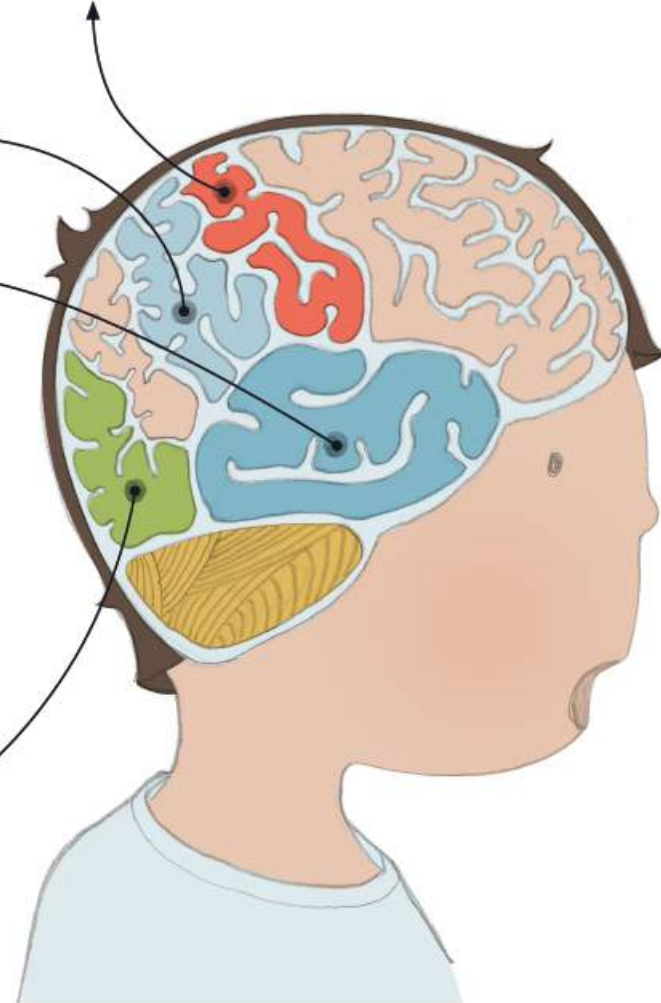
Zit je **hersensletsel** hier, dan kan je je **spieren**<sup>\*(1)</sup> minder goed *aansturen* en kan je minder goed *bewegen*.

Zit het hier, dan kan je minder goed *voelen*.

Zit het hier, dan is het voor jou moeilijker om anderen snel te *herkennen*, om dingen te *onthouden* en om vlot te *praten*<sup>\*(2)</sup>.

Of hier, dan heb je moeite om de dingen juist te *zien*<sup>\*(3)</sup>.

zij aanzicht

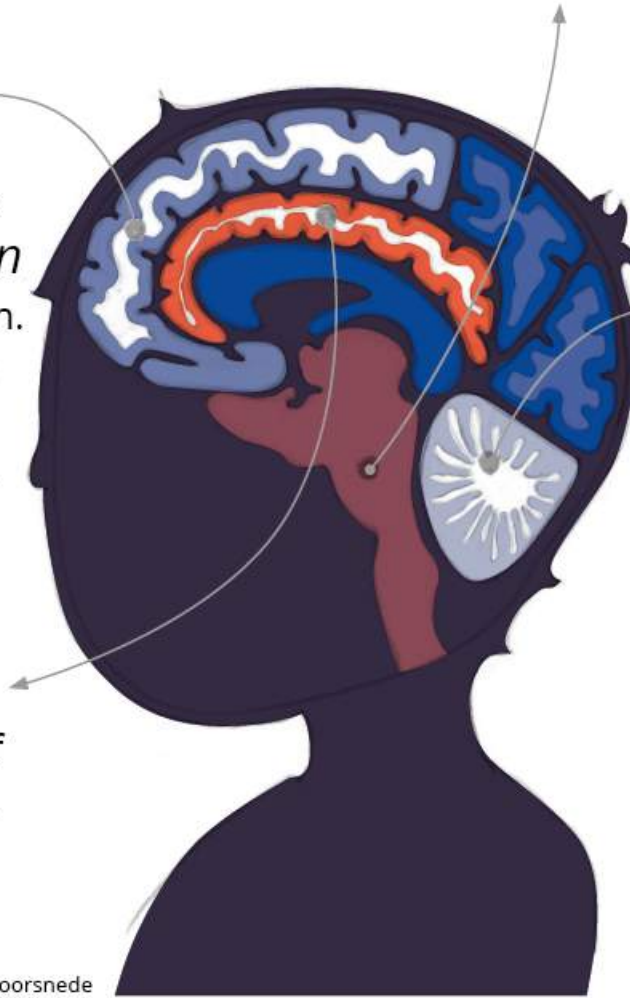


Zit je **hersensletsel** in je **hersenslam**, dan kan je moeite hebben met *slikken* of met *slapen*.

Zit het hier, dan kan je *puzzelen* of *plannen* maken moeilijker vinden. Ook alleen een straat oversteken kan dan *gevaarlijk* zijn voor jou.

Of hier, dan kan je sneller *boos*, *bang* of *verdrietig*<sup>\*(1)</sup> worden.

zij aanzicht doorsnede



En heb je een **hersensletsel** in je **kleine hersenen**, dan kan het moeilijker zijn om te *leren fietsen*<sup>\*(2)</sup>. Ook kan je makkelijker *vallen* of vaker je hoofd *stoten*.

En hoe *groter* je *letsel* is, hoe *meer last* je kan hebben<sup>\*(3)</sup>.

<sup>\*(1)</sup> Als je *minder spierkracht* of een *verlamming* hebt en daardoor moeite hebt met bepaalde bewegingen, dan spreken we van een **motorische beperking**.

<sup>\*(2)</sup> Als je minder goed kan *leren*, dan spreken we van een **verstandelijke beperking**.

<sup>\*(3)</sup> Als je hersenen de beelden die je ogen zien niet goed kunnen verwerken, dan spreken we van **CVI (centraal visuele inperking)**.

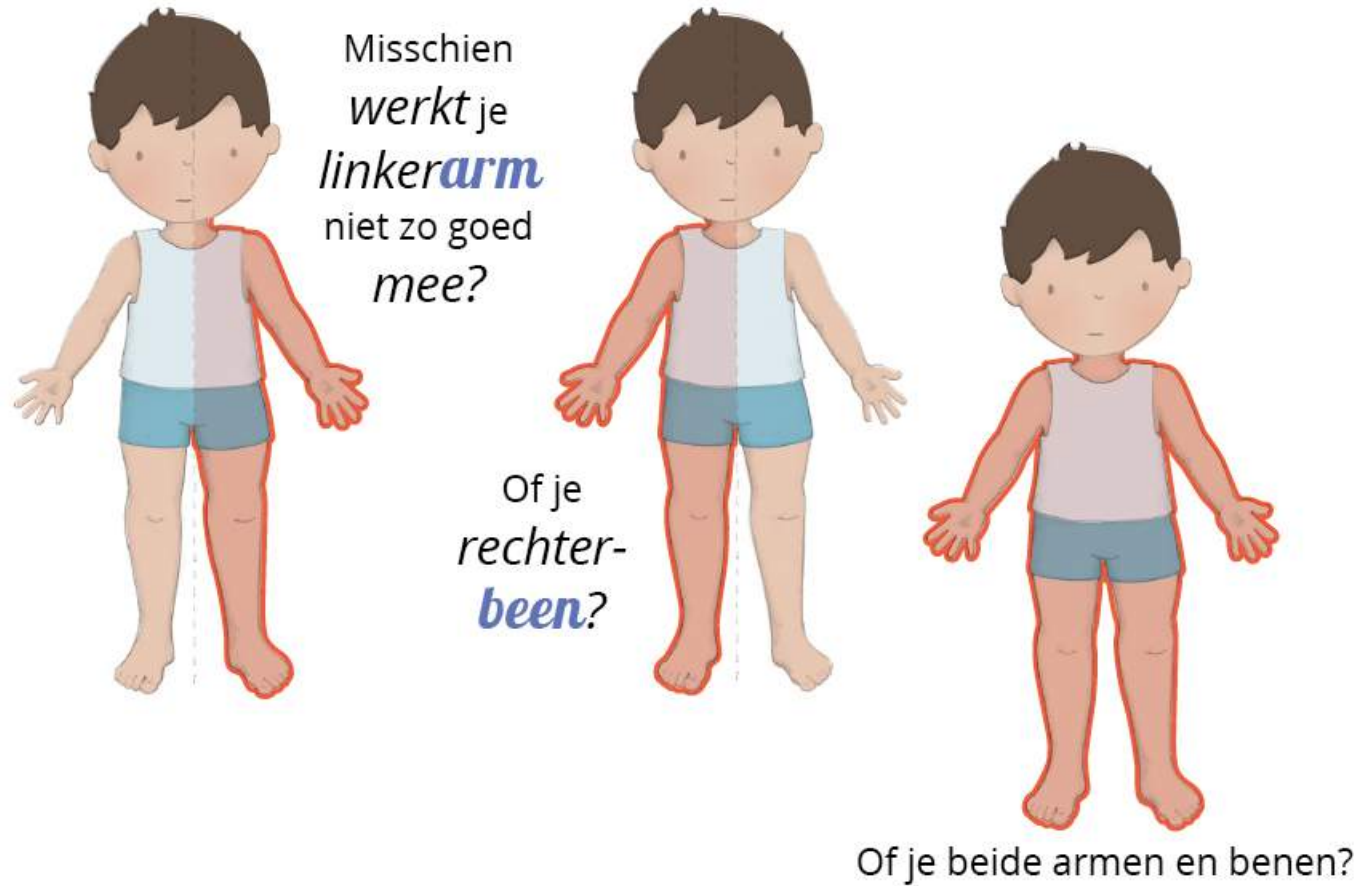
<sup>\*(1)</sup> Het hersengebied tussen de *hersenslam* en de *grote hersenen*, noemen we de **gordelwinding (gyrus cinguli)**. Deze regelt je *emoties* en je *motivatie*.

<sup>\*(2)</sup> Het **automatisatieproces** waarbij je dingen leert te doen zonder erbij na te denken, kan verstoord zijn.

<sup>\*(3)</sup> Verschillende *beperkingen* en *stoornissen* kunnen samen voorkomen. Ook **ADHD**, **ASS** en **epilepsie** komen regelmatig voor.



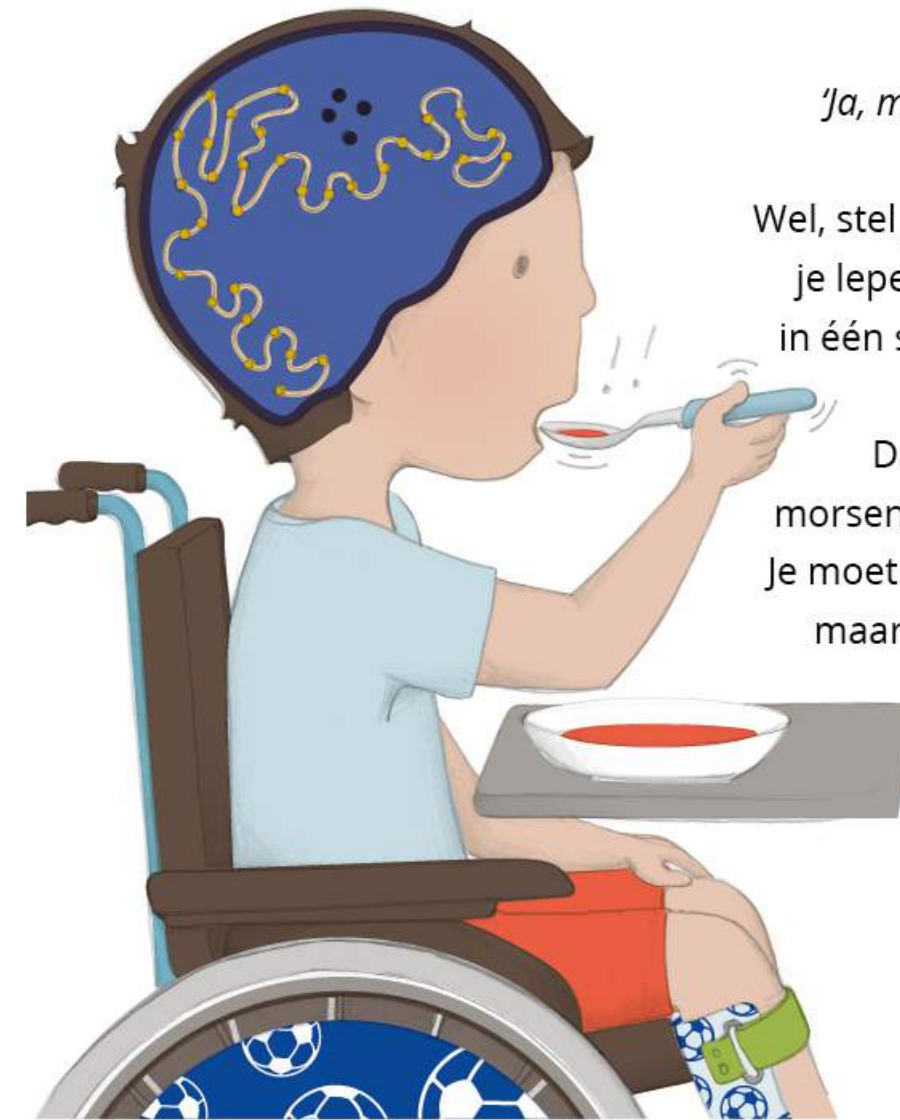
Je **hersensletsel** kan ook *links* zitten, of *rechts*. Of aan beide kanten\*.



De plaats en de grootte van je **hersensletsel** kunnen ons veel vertellen over hoeveel moeite je kan hebben met sommige *taken*.

\* Als we slechts één kant (*links of rechts*) van je lichaam willen aanduiden, dan spreken we van **unilateraal**.  
Als het gaat over beide kanten, dan spreken we van **bilateraal**.  
Een *verlamming of krachtverlies* aan één kant (*links of rechts*), noemen we **hemiplegie**.  
Als alle vier je ledematen (*beide armen en benen*) zijn aangedaan, dan noemen we dit **quadriplegie**.

En weet je nog hoe **kwabben** en **lampjes** voor de meeste *taken* moeten *samenwerken*?



\* De meeste *handelingen* en *bewegingen* zijn erg complex. Als je CP hebt, kan je moeite hebben met richten en sturen. Ook heb je vaak te weinig spierkracht om lang genoeg spanning en controle te houden en kan het moeilijker zijn om een juiste houding en evenwicht te vinden. Ook je reflexen zijn meestal trager en je kan moeite hebben met slikken waardoor er speeksel uit je mond kan lopen.





Ja, behalve *beven* kan het ook zijn dat je soms wat *stroef* en *houterig*<sup>\*(1)</sup> beweegt. Of dat je af en toe een *rare stuurfout*<sup>\*(2)</sup> maakt.

'Ja! Als ik hard moet lachen zwiëpt mijn been omhoog!'

'Oeps!'



Haha, dat geeft niet hoor.

\*<sup>(1)</sup> Als je bewegingen *schokkerig* en *beverig* zijn, dan heb je **atactische CP**. Zijn ze *willekeurig* en *ongecontroleerd*, dan heb je **dyskinetische CP**.

\*<sup>(2)</sup> Als een beschadigd hersengebied via een zenuw in je rug *foute informatie doorgeeft* aan je spieren waardoor je bewegingen *stijf* en *gespannen* zijn, dan spreken we van **spasticiteit** of **spastische CP**.

Ook kan je soms *pijn* krijgen in je armen, benen, heup of rug omdat je **spieren**<sup>\*(1)</sup> soms minder snel *groeien* dan je *botten*. Er kan dan *te veel spanning* op je **spieren** komen of je *botten* kunnen een beetje *scheef*<sup>\*(2)</sup> gaan staan.



Om je **spieren** *langer* te maken en om ervoor te zorgen dat *spanningen* en *krommingen* niet erger worden, kan een *gips* of een **orthese** nodig zijn.

Lees:  
[or-tee-ze]



\*<sup>(1)</sup> Als er teveel spanning op je spieren staat, dan spreken we van een **houdingsstoornis**. *Spanning* op je pezen en spieren, noemen we **contracturen**. Een gips om je pezen en spieren te verlengen, noemen we een **correctiegips**.

\*<sup>(2)</sup> Een *scheefgroei* van de *wervels* in je rug, noemen we **scoliose** (*zijwaartse scheefgroei*). Soms is een **korset** nodig.





Het is belangrijk om je **orthesen**\* zo veel mogelijk te *dragen*. Ook moeten ze perfect *passen*. Want ze gaan je helpen om later zo veel mogelijk te kunnen.

Je **orthesen** elke dag aan- en uitdoen is soms niet leuk, maar het is wel superleuk dat ze gemaakt worden in je lievelings*kleur* en met een *supercoole tekening* erop.



'Wauw!  
Zo cool.'



Kijk, ik ben  
supertrots op  
mijn mooie  
laarsjes!

Naast **orthesen** hebben we ook andere **hulpmiddelen** zoals handige **looprekjes**<sup>\*(1)</sup>, speciale **drinkbekers** en **bestek**, **coole staplanken**, **tilliften**, speciale **fietsen**, ...

je kunt het zo gek niet bedenken of we hebben het.

Samen met jou gaan we op zoek naar de **allerbeste hulpmiddelen**<sup>\*(2)</sup>.



<sup>\*(1)</sup> Bijvoorbeeld een *Kaye walker*.

<sup>\*(2)</sup> De arts die beslist wat voor jou de juiste *orthese* is, noemen we een **orthopedist**.

Een **orthopedisch zorgverstreker** zorgt ervoor dat de *orthese* passend gemaakt wordt.

Een **onderzoek** waarbij we je *handelingen* en *bewegingen* gaan bekijken en bestuderen, noemen we **bewegingsanalyse**.

Als we specifiek naar je *stappatroon* gaan kijken, dan spreken we van **ganganalyse**.

\* **Orthesen** zijn **hulpmiddelen** die je lichaam ondersteunen bij het bewegen. We noemen ze ook **orthopedische hulpmiddelen**. Voor kinderen met CP worden vaak **AFO's** (*ankle-foot orthosis*) voorgeschreven.



We hebben natuurlijk ook *supercoole rolstoelen*. Sommige zijn elektrisch of uitgerust met een *computer* die je kan helpen met praten\*.  
Ook kunnen we *hulpmiddelen* vaak *aanpassen* of *bijstellen*.  
En zijn ze te klein geworden, dan krijg je *nieuwe!*



\* Hulpmiddelen die je helpen om te vertellen wat je denkt, noemen we **OC middelen** (ondersteunende **communicatiemiddelen**).

Ook *medicijnen* kunnen helpen.



Soms zitten ze in *pilletjes*<sup>\*(1)</sup> ...



... soms in een *spuit*<sup>\*(2)</sup> ...



... of in een *pompje*<sup>\*(3)</sup> onder je huid.

En soms is een *operatie*<sup>\*(4)</sup> nodig.

'Ook spannend!'

Inderdaad!



Ook nu *zoeken* we samen naar de *beste oplossing*.

<sup>\*(1)</sup> Chemische en biologische stoffen kunnen helpen om pijn en spanning op je spieren weg te nemen. Zo kunnen we met **baclofen** je spieren *verslappen*.

<sup>\*(2)</sup> Om één spier tijdelijk op één plaats te *verlammen*, spuiten we soms **botulinetoxine** in.

<sup>\*(3)</sup> Als pilletjes niet helpen, kunnen we een **baclofenpomp** plaatsen.

<sup>\*(4)</sup> Een *operatie* aan je botten, pezen en spieren, noemen we een **orthopedische ingreep**. Een operatie op verschillende plaatsen tegelijk, noemen we een **multi level surgery** (of **MLS**). De ingreep voor een *scheefgroei* in je rug, noemen we een **scoliosefixatie** of **-fusie**.

In geval van **spasticiteit** kunnen we soms enkele zenuwen in je rug doorknippen. De spanning wordt dan minder maar de spierkracht blijft. Deze ingreep heet **SDR** (**selectieve dorsale rhizotomie**).





Als je **CP** hebt, moeten je **hersenen** bij sommige *taken* extra goed *opletten* en *nadenken*.

*Taken* zoals je pyjama aandoen, *opruimen*, je tanden poetsen, *huiswerk* maken, *vrienden* maken of een *mop* vertellen lukken soms niet zo goed. Ze gaan vaak wat *trager* en minder vanzelf of je wordt soms sneller *moe*\*.

Gelukkig kan je je **hersenen** *trainen* en helpt superveel *oefenen* supergoed om ergens *beter* in te worden.

'Ja! Ik lees veel in mijn moppenboekje en ben al een echte moppenkampioen!'

Ah, zo leuk!

\* De **informatieverwerking** en het **automatisatieproces** zijn vaak verstoord waardoor *handelingen* en *bewegingen* extra *tijd*, *energie* en *concentratie* vragen. Probeer *taken* daarom in stappen te verdelen en deze steeds op dezelfde manier te herhalen zodat je **routine** krijgt.



Ook je **spieren** kan je *trainen*\*.

Want **spieroefeningen** *doen* helpt supergoed om *sterker* te worden en om alles wat je kan, goed te blijven kunnen.

En vind je *oefenen* soms niet zo leuk, denk er dan aan dat alle *kampioenen* *trainen*.

\* *Oefeningen* die helpen om beter te worden, noemen we **therapie**: **ergotherapie** voor je fijne motoriek, **kinesithapie** voor je grove motoriek en **logopedie** voor je taal, slikken en uitspraak. We gaan ook helpen om je zo veel mogelijk **functionele vaardigheden** aan te leren voor dagelijkse taken (**ADL** - *activiteiten dagelijks leven*) en met **krachttrainingen** proberen om spanning op je spieren te vermijden. Tijdens je herstel oefeningen doen, noemen we **revalidatie**. Na een operatie is vaak **intensieve** revalidatie nodig of een **boostrevalidatie**. Er bestaan ook **revalidatiespelletjes** en soms worden er ook leuke **kampen** georganiseerd.





'Soms ben ik verdrietig.  
Of bang.  
Of een beetje boos.'

Ja, dat zijn niet zo'n fijne  
**gevoelens**.

Het is soms ook niet gemakkelijk  
maar het *helpt* als je over je  
**gevoelens** kan *praten*.  
Weet dat we *iemand*<sup>\*(1)</sup> hebben  
die speciaal daarvoor graag naar je  
*luistert*.

En als je eens een slechte dag hebt, dan helpt het ook om iets *leuks* te doen.

Zo kan je je kamer *gezellig*<sup>\*(2)</sup> maken, naar *muziek* luisteren,  
een spelletje *spelen* of een babbeltje slaan met je opa, je vriendjes of je juf.

<sup>\*(1)</sup> Iemand die je helpt om over je gevoelens te praten, noemen we een **psycholoog**.

<sup>\*(2)</sup> Een kamer met *ligkussens*, *lichtjes* en *rustige muziek* voor kinderen en jongeren met een beperking, noemen we een **snoezelruimte**.



Natuurlijk ga je ook naar school.  
Dat kan een school bij jou om de  
hoek zijn maar er bestaan ook  
**superscholen**.

'Echt?'

Ja, op een **superschool**  
krijg je *les* in kleine groepjes.  
Ze geven er ook  
*kiné*, *ergo* en *logo*  
en je leert er vast  
**supervriendjes**  
kennen!

'Leuk!'

Samen zoeken we naar een **school**  
waar jij je het *best* voelt.



En er is vast ook een leuke *hobby* voor jou.



Wat zou jij graag doen?  
*Basketbal, voetbal, zwemmen,  
hockey, boccia* ← Lees: [botcha]  
of *rolstoeldansen*\*?

'Euh, misschien wil ik wel  
tekenen. Of schaken of piano  
leren spelen.'

Ja, dat is ook leuk!  
Of misschien *droom* je ervan om  
*tafeltenniskampioen*  
te worden!

'Ja, ik ga iedereen nog verbazen!'

Zeker weten!



\* Een sport voor kinderen en jongeren met een beperking, noemen we **G-sport**.

Wist je trouwens dat **CP** bij *iedereen anders* is.  
Sommige kinderen hebben er amper *last* van, terwijl anderen er veel *last*  
van kunnen hebben en echt heel wat extra **hulp**<sup>\*(1)</sup> kunnen gebruiken.



Gelukkig kunnen  
jullie rekenen op  
**begeleiders** en  
**vrijwilligers**  
die met plezier  
een handje toesteken en  
kunnen je mama en papa  
altijd advies vragen in ons  
**CP-centrum**<sup>\*(2)</sup>.



<sup>\*(1)</sup> Als je *zeer ernstige CP* hebt, dan lukken stappen, praten, zelfstandig naar de wc gaan en zelfstandig eten niet. Soms is **sondevoeding** nodig.

<sup>\*(2)</sup> In het **CP-referentiecentrum** gaat een **multidisciplinair team** je opvolgen. Ons doel is altijd een zo comfortabel mogelijk leven waarin je zo veel mogelijk zelf kan. Ook schrijven we **verslagen** zodat je een geschikte *school* of een geschikt (*dag*)centrum kan kiezen.



'Gaat CP ooit weg?'

Nee, een gebroken been kan *genezen*, maar een kapot *hersenslampje* zal helaas nooit meer *branden*. Toch is er ook *goed nieuws*, want je hebt *gigaveel hersenslampjes*. En om een *taak* tot een goed einde te brengen, kunnen ze een *omweg maken* en zo de *taak* van beschadigde *sampjes* voor een groot deel *overnemen*.

Hé, met deze lukt het nu ook!

Ping!

'Slim!'

Ziezo, dat was het. Nu weet je superveel over **CP**. *Samen* gaan we proberen om je zo goed mogelijk te *helpen*.

'Top idee!'

Tot een volgende keer!





Bronnen:

UZ Leuven, CP referentiecentrum - Brochure 'Cerebrale parese, informatie voor ouders', UZ Leuven - [www.vigogroup.eu](http://www.vigogroup.eu) - [www.radboudumc.nl](http://www.radboudumc.nl) - [cpnederland.nl](http://cpnederland.nl) - [www.hersenstichting.nl](http://www.hersenstichting.nl) - [www.kinderneurologie.eu](http://www.kinderneurologie.eu) - [hersenletseluitleg.nl](http://hersenletseluitleg.nl) - [www.hersenstichting.nl](http://www.hersenstichting.nl) - <https://doctorlib.info/anatomy/atlas-anatomy/20.html> - Wikipedia - Wikikids.nl - Google...

Teksten en illustraties in dit boekje zijn volledig naar eigen goeddunken samengesteld en Noozi kan daarom in geen geval aansprakelijk worden gesteld voor mogelijke fouten of onvolledigheden. Raadpleeg steeds een arts voor specifiek medisch advies.



*Kijk, mijn hersenen*  
werd ontwikkeld voor  
kinderen met CP  
(cerebrale parese).  
Ook voor ouders.

- Vanaf 4 jaar: voorlezen
- Vanaf 8 jaar: zelfstandig lezen  
en voor de allernieuwsgierig-  
sten: extra voetnoten

Je weet al van kleins af aan  
dat je CP hebt. Maar wat is  
CP nu precies en hoe krijg  
je het? In dit boekje kom  
je er alles over te weten.  
Je leest over hoe elk  
hersengebied zijn eigen  
taak heeft, hoe ze kunnen  
samenwerken en hoe er  
lampjes aan gaan in je  
hoofd. *Ping, ping, ping!*

Andere titels:

*Kijk, ik groei*  
*Kijk, ik ben sterk*  
*Kijk, mijn hoofd*  
*Kijk, mijn hart*  
*Kijk, zoveel suikers*  
*Kijk, mijn rug*  
*Kijk, mijn nieren*  
*Kijk, mijn organen*  
*Kijk, mijn gewrichten*  
*Kijk, mijn longen*  
*Kijk, mijn ruggenmerg*  
*Kijk, mijn afweer*  
*Kijk, mijn ledematen*  
*Kijk, zoveel energie*



Noozi wil kinderen met ernstige of chronische aandoeningen op  
een positieve manier ondersteunen tijdens ziekenhuisopnames,  
onderzoeken en behandelingen.

[www.noozi.be](http://www.noozi.be)  
[info@noozi.be](mailto:info@noozi.be)

Dit initiatief werd mogelijk gemaakt met de steun van:



Biezeweg 13 - 9230 Wetteren

☎ +32 (0)9 292 20 00  
✉ [info@vigogroup.eu](mailto:info@vigogroup.eu)  
🌐 [www.vigogroup.eu](http://www.vigogroup.eu)

(Waarde van dit boekje: € 18,40)

