

DrempelsWeg

Nieuwsbrief van het
Revalidatiefonds



Supermarkt als oefenterrein bij revalidatie

Na een hersenbeschadiging ontstaan zeer vaak cognitieve problemen. Hoeveel begrijpt iemand nog? Hoeveel kan iemand onthouden? Het zijn belangrijke voorspellers hoe zelfstandig iemand kan functioneren in het dagelijks leven. Daarom is het belangrijk dat we deze problemen in een vroeg stadium herkennen.

De Virtuele Supermarkt is een nieuwe toepassing die ingezet wordt om cognitieve problemen op te sporen én te behandelen. Tanja Nijboer, neuropsycholoog in het Hersencentrum van het UMCU: "De huidige cognitieve revalidatie is vooral gericht op het aanleren van compensatiestrategieën. Bij geheugenproblemen wordt het gebruik van een agenda aangeleerd, en bij niet goed meer kunnen overzien van complexe taken (bv. koken) wordt het gebruik van een planning en taken opdelen in kleinere taken geadviseerd. Het is nu nog lastig om na te gaan in hoeverre deze aangeleerde strategieën ook goed toegepast worden in de dagelijkse praktijk die vaak veel drukker, complexer en dynamischer is dan de omgeving waarin geoefend is tijdens revalidatie."

Een virtuele supermarkt is een perfecte omgeving om te kijken of en zo ja, wanneer cognitieve problemen optreden. De dynamiek en complexiteit in de virtuele supermarkt lijkt erg op die in dagelijks leven. In een relatief vroeg stadium van het revalidatieproces kunnen dan nieuwe strategieën worden aangeleerd in diezelfde veilige, maar ook in een ingewikkeldere omgeving. Nijboer: "Het is ook fijn dat de revalidant en de therapeut na het oefenen kunnen zien wat er goed gaat en wat er beter kan."

Die niveaus van complexiteit van de virtuele supermarkt spelen volgens Nijboer een belangrijke rol. "Om eerst te onderzoeken

wat iemand nog wel of niet kan, beginnen we op het laagste niveau. Dan wordt iemand met een lijstje met boodschappen de winkel ingestuurd en kunnen wij heel gedetailleerd in kaart brengen hoe iemand dat aanpakt en of er fouten worden gemaakt (bijvoorbeeld een boodschap vergeten of verdwalen in de supermarkt). Er zijn dan geen andere bezoekers en geen geluiden, reclames of andere afleiding. We kunnen vervolgens de opdracht ook moeilijker maken door de boodschappenlijstjes en de route te veranderen, maar belangrijker nog: naar de invloed van afleiding te kijken door andere virtuele mensen te laten winkelen of reclames te laten omroepen. Allemaal componenten die het spannend en uitdagend maken en het revalideren stimuleren, maar ook om goed de cognitieve problemen en hopelijk vooruitgang daarin te kunnen testen."

"Het is heel overweldigend met zo'n bril op. Je doet ervaringen op die je in de echte supermarkt ook op doet. Je kunt geleidelijk de hoeveelheid prikkels en drukte laten toenemen die je later ook in een echte situatie gaat ervaren!"

Jan den Hartog (68), revalidant

