

Sensorische integratie (volwassenen)

Voor wie?

Dit is geschreven voor iedereen die meer wil weten over sensorische integratie bij volwassenen. Tevens staat globaal beschreven hoe de sensorische integratie behandeling voor volwassenen volgens de Adult Sensory Information Timmerman Treatment (ASITT) wordt vormgegeven door Koopman Ergotherapie.

Wat is sensorische integratie?

Sensorische integratie is het proces, waarbij we informatie uit ons lichaam en de prikkels vanuit de buitenwereld waarnemen en op elkaar afstemmen. Iedereen heeft hier zijn eigen 'werkwijze' en voorkeuren in. Iedereen heeft als het ware een eigen 'profiel' waarin in de basis in vastgelegd ligt hoe je de wereld in je opneemt en wat je fijn vindt en wat niet. Zo zijn er duidelijk verschillen tussen mensen. Deze verschillen zijn prima, en dit hoeft ook zeker niet voor problemen te zorgen. Wel heeft iedereen in meer of mindere mate een bepaalde 'gevoeligheid' (een drempeltje wanneer prikkels als te sterk ervaren worden of wanneer ze juist nog niet waargenomen worden) en een bepaalde manier om hiermee om te gaan (Kort samengevat: prikkels opzoeken of uit de weg gaan).

Het waarnemen van prikkels gebeurt door onze zintuigen (zien, horen, voelen, ruiken, evenwicht en het lichaamsgevoel: de proprioceptis). Het afstemmen en interpreteren van deze prikkels wordt door onze hersenen gedaan. Dit gebeurt grotendeels onbewust en gaat 24 uur per dag door. Pas als iets ongewoon is valt het ons over het algemeen op, of als er een verstoring in een proces optreedt.

Verstoringsen in de sensorische integratie...

Bij volwassenen kunnen verstoringen ontstaan na bijvoorbeeld een kop- staart botsing (whiplash) of na een periode van overbelasting of een andere reden waardoor de balans verstoord raakt. Ook na hersenletsel treden in deze processen vaak veranderingen op, maar meestal kies ik hier een andere behandelvorm.

Afhankelijk van uw situatie en de ervaren problemen wordt gekeken of deze behandeling geschikt voor u is. Door deze verstoring of verandering worden (bepaalde) prikkels versterkt waargenomen en andere mogelijk minder goed waargenomen. Hierdoor ontstaan vaak klachten die voor de cliënt zelf moeilijk te begrijpen zijn en vaak nog moeilijker voor de omgeving. Het zijn meestal wel klachten die veel gevolgen op het dagelijks leven hebben.

Hoewel de gevolgen per persoon erg verschillend kunnen zijn, probeer ik hier een aantal voorbeelden te geven:

- De hele dag licht misselijk zijn en/ of duizelig of een wat 'onbestemd' gevoel hebben
- Bewegingen minder goed kunnen waarnemen of andere visuele problemen

- Minder goed tegen drukte kunnen, doordat geluid of beelden versterkt waargenomen worden
 - Zich vaker stoten, vaker struikelen
 - Hogere spierspanning, waardoor iemand erg moe kan worden
 - Vegetatieve reacties: zoals plotseling gaan zweten of het gevoel hebben flauw te kunnen gaan vallen
 - Meer moeite hebben met concentreren, zaken onthouden en op woorden komen
- (Deze lijst is zeker niet compleet, maar slechts enkele voorbeelden)

Doel behandeling

Doel van de behandeling van sensorische integratieproblemen is het vergroten van de regie die de cliënt op de klachten kan uitoefenen. Dit gebeurt door goed in kaart te brengen welke impact prikkels hebben. De behandeling bestaat voor een deel uit uitleg en inzicht krijgen in de prikkelverwerking, waarna er gewerkt kan gaan worden aan het kunnen reguleren van deze prikkels.

Sensorische integratie bij volwassenen

Er zal eerst een intakegesprek gedaan worden, waarin de rol van prikkelverwerking in kaart gebracht wordt in relatie tot de door u ervaren beperkingen in het dagelijks handelen. Meestal vraag ik u een vragenlijst in te vullen voorafgaand aan het consult, om nog beter inzicht te krijgen hoe de zintuigsystemen prikkels verwerken. In de intake zullen een aantal testjes afgenomen worden om een inschatting te maken voor het behandelverloop.

Deze informatie bij elkaar wordt besproken met u, waarbij een voorstel wordt gedaan welke behandeling het beste aansluit bij uw klachten, mogelijkheden en wensen.

Behandeling

Als na intake en onderzoek blijkt dat de sensorische integratie verstoord is, en u instemt met behandeling, kan de behandeling worden gestart. De behandeling kan bestaan uit het ASITT-protocol. Hierbij leert u anders omgaan met uw klachten en krijgt u inzicht in het proces van sensorische informatieverwerking. Er wordt hierbij gebruik gemaakt van compensatiestrategieën en gewinningsoefeningen met als doel de prikkels beter te leren reguleren. De behandeling geeft:

- Structuur en strategieën om problemen in het dagelijks leven op te lossen
- Een mogelijkheid tot omgaan met de klachten, waardoor meer regie en meestal een toename van de belastbaarheid waardoor men beter kan participeren in het dagelijks leven.
- (H)erkenning van de klachten en problemen en de mogelijkheid hier iets te mee kunnen doen.

Contact

Mocht u na het lezen van deze informatie vragen hebben, of een afspraak willen maken dan kunt contact opnemen met Desirée Koopman. Ik sta u graag te woord. Ik ben te bereiken via info@koopmanergotherapie.nl, het contactformulier op de website of per telefoon.