

Tech-NAH-logie!

Welke technologische hulpmiddelen gebruiken thuiswonende mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH)?



Resultaten van een inventarisatie (2025)

Introductie

Tech-NAH-logie

Mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH) die thuis wonen na de revalidatie ervaren soms ongemakken in het dagelijks leven. Hier kunnen technologische hulpmiddelen een oplossing bieden. Maar mensen weten vaak niet dat zulke hulpmiddelen bestaan, of ze weten niet hoe deze kunnen helpen. Daarom is de campagne Tech-NAH-logie opgezet door patiëntenvereniging Hersenletsel.nl en Academy Het Dorp.

Een panel dat bestaat uit meer dan 50 enthousiaste mensen met NAH en naasten werkt mee aan de campagne! Het panel voert gesprekken, neemt deel aan interviews en vult vragenlijsten in. De kennis en ervaringen die daaruit komen worden gedeeld in de campagne. Zo inspireren we anderen. Voor mensen met NAH, door mensen met NAH.

Inventarisatie

Om te inventariseren welke technologieën mensen met NAH gebruiken, is een vragenlijst ingevuld door het panel en mensen met NAH buiten het panel. De vragenlijst bevatte vragen over welke technologieën en apparaten mensen gebruiken, en stellingen over het gebruik van technologie. De resultaten van de vraag welke technologieën mensen gebruiken zijn hier terug te vinden én gepubliceerd als kaarten.

Wie vulden de vragenlijst in?

99 mensen met NAH en hun naasten hebben de vragenlijst ingevuld in mei, juni en juli 2025. De invullers varieerden van twintigers tot zeventig-plussers, levend met een jaar NAH tot ruim dertig jaar NAH.

84 mensen met NAH

15 naasten

+
99 mensen in totaal

Van deze 99 mensen:

- Gebruiken 94 mensen een technologisch hulpmiddel;
- Maken 75 mensen gebruik van een digitale agenda of digitale kalender;
- Gebruiken sommigen één technologisch hulpmiddel, en anderen tot wel tien verschillende;
- Hebben de meesten de hulpmiddelen zelf betaald. Slechts een klein deel kreeg financiering via de zorgverzekering of de Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning).

Helpt technologie bij zelfstandigheid?

Hierover stonden in de vragenlijst vier stellingen. 84 mensen met NAH hebben deze stellingen beantwoord. De antwoorden van de naasten zijn niet meegenomen.

Stelling 1: “Technologie maakt mij zelfstandiger”

- Dat geeft 58% van de mensen aan.
- De rest geeft aan dat technologie hen soms (25%) of bijna nooit (17%) zelfstandig maakt.

Stelling 2: “Technologie helpt mij om te gaan met de gevolgen van NAH van mijzelf”

- Dat geeft 58% van de mensen aan.
- De rest geeft aan dat technologie hen soms (26%) of bijna nooit (15%) helpt om te gaan met de gevolgen van NAH.

Stelling 3: “Ik krijg hulp bij het gebruiken van technologie”

- Dat geeft 9% van de mensen aan.
- De rest geeft aan dat ze soms (31%) of bijna nooit (60%) hulp krijgen bij het gebruik van technologie.

Stelling 4: “Zonder hulp kan ik technologie niet goed gebruiken”

- Dat geeft 11% van de mensen aan, zij hebben dus hulp nodig in het gebruik van technologie.
- De rest geeft aan dat ze soms (31%) of bijna nooit (58%) hulp nodig hebben in het gebruik van technologie.

Werken & leren

Nooit meer de draad kwijt

Mensen met NAH gebruiken deze technologische hulpmiddelen voor plannen, denken en schrijven



Digitale agenda / kalender

Zoals Easy Calendar of Google Agenda



Agenda-apps 'wie doet wat'

Zoals Tody of Nettie



AI-tools

Zoals ChatGPT, Gemini of Co-pilot



Digitale notities

Zoals Apple notities of Samsung Notes



Apps voor to do's

Zoals Todoist of Microsoft To Do

Gezondheid & welzijn

Technologie die met je meebeweegt

Mensen met NAH gebruiken deze technologische hulpmiddelen voor gezondheid, veiligheid en welzijn



Gezondheidsapps

Zoals stappenteller, hartslagmeter, slaapmeter



Medicijndispenser

Geeft op het juiste moment de medicatie vrij met een geluid- en lichtsignaal



Alarmknop / valdetectie

Herkent plotselinge, snelle bewegingen en stuurt automatisch een alarmmelding



Sta-op-hulp

Zoals een stoelhulp of toilethulp



Automatisch deurslot

Het openen en sluiten van een slot via een app

Wonen

Een slim huis voor elke dag

Mensen met NAH gebruiken deze technologische hulpmiddelen voor het dagelijkse leven in huis



Automatische huisbediening

Voor gordijnen, lampen, deurbel, deuren, verwarming (o.a. Google Home, Alexa, Siri)



Robotstofzuiger / robotdweil

Maakt automatisch de vloeren in huis schoon



Douchetoilet

Reinigt met water en/of föhn



Lichaamsdroger

Droogt automatisch het lichaam na het douchen



Aantrek hulpmiddel

Voor kleding, steunkousen, schoenen

Mobiliteit & buitenwereld

Op pad met een beetje hulp van technologie

Mensen met NAH gebruiken deze technologische hulpmiddelen voor reizen, bewegen en onderweg zijn



Aangepaste fiets

Zoals een elektrische (driewiel)fiets, elektrische handbike of een Elliptigo



Aangepaste auto

Zoals een automaat, hendels voor richtingaanwijzer



Scootmobiel

Zorgt voor mobiliteit wanneer fietsen en/of lopen niet meer (volledig) gaat



Locatieapps

Zoals Apple Vind-mij, Samsung Zoeken-app



Navigatieapps

Zoals Google Maps, Apple Kaarten

Vrije tijd & ontspanning

Even opladen met slimme
rustgevers

Mensen met NAH gebruiken deze technologische hulpmiddelen
voor rust, plezier en ontspanning



Noise-cancelling-functie

In oordopjes of in een koptelefoon



Slaapondersteuning

Zoals een daglichtwekker, ademhalingsapparaten
(Somnox, Moonbird, Dodow)



Podcasts

Luisteren naar leuke, interessante en/of educatieve
verhalen



Meditatie-apps

Voor het focussen op de ademhaling en ontspanning



Massagebril

Verlicht hoofdpijn en vermoeidheid

Colofon

Auteurs

Marleen Wensink, Rachelle Reijnders, Agnes van der Poel en Femke Hulzinga

Over Tech-NAH-logie

Technologie kan toegevoegde waarde hebben voor thuiswonende mensen met NAH en hun naasten, al weet niet iedereen dit. Daarom is Tech-NAH-logie opgezet. Samen met een panel van meer dan 50 enthousiaste mensen werken patiëntenvereniging Hersenletsel.nl en Academy Het Dorp toe naar meer bewustwording over technologische hulpmiddelen.

Volg de Tech-NAH-logie campagne hier:

[Instagram](#) | [Facebook](#) | [LinkedIn](#) | [Website](#)

Bekijk ook de [projectpagina](#) op de website van Academy Het Dorp.

Met dank aan

Het panel
Michiel Lindhout van Hersenletsel.nl

Financiering

ZonMw, programma Gewoon Bijzonder (projectnummer 845009003)

Contact

Femke.hulzinga@academyhetdorp.nl

© 2025, Academy Het Dorp

Bronvermelding

Alle informatie uit deze publicatie mag worden overgenomen, mits met juiste bronvermelding: Wensink M, Reijnders R, van der Poel A & Hulzinga F (2025). Welke technologische hulpmiddelen gebruiken thuiswonende mensen met niet-aangeboren hersenletsel (NAH)? Resultaten van een inventarisatie (2025). Arnhem: Academy Het Dorp.

Kemperbergerweg 139e
6816 RP Arnhem
www.academyhetdorp.nl
info@academyhetdorp.nl

