



**VERVOER,
AUTORIJDEN EN REIZEN
NA EEN CVA**

AVC

10

INHOUD

Wat weet u erover? Doe de quiz!	3
Herhaling	4
Autorijden	4
Andere voertuigen	8
Openbaar vervoer	9
Goed voorbereid op reis	11
Hulp zoeken	13

WAT WEET U EROVER? DOE DE QUIZ!

		Juist	Fout
1	Na een CVA moet ik mij tot een neuroloog naar keuze of tot het CARA wenden voor ik weer mag rijden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Na een CVA mag ik parkeren op plaatsen die zijn voorbehouden voor gehandicapten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	Na een CVA is het mogelijk om een lijnvliegtuig te nemen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	Naar het buitenland reizen is onmogelijk na een CVA.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Lees verder om te kijken of uw antwoorden juist zijn.

Wilt u de antwoorden meteen kennen, dan kunt u direct doorgaan naar pagina 13 van de brochure.

Herhaling

Een cerebrovasculair accident (CVA) of beroerte is een plots optredende hersenaandoening, die wordt veroorzaakt door een verstoorde doorbloeding in een deel van de hersenen:

- doordat een stolsel een bloedvat afsluit (ischemisch CVA of herseninfarct),
- of doordat een bloedvat breekt en er bloed uit stroomt (hemorragisch CVA of hersenbloeding).

Het hersendeel dat daardoor slecht of niet meer doorbloed wordt, kan schade oplopen, met min of meer ernstige, permanente of tijdelijke gevolgen (verlamming, spraakstoornissen enz.). CVA's houden verband met zogenaamde veranderbare risicofactoren voor hart- en vaatziekten (hoge bloeddruk, diabetes, cholesterol, roken, zwaarlijvigheid, te weinig beweging) en met hartritmestoornissen. Een CVA heeft vaak blijvende gevolgen die doorgaans heel wat aanpassingen vergen in het dagelijkse leven, ook wat mobiliteit betreft. In deze brochure vindt u meer informatie over de bestaande oplossingen.

AUTORIJDEN


GESCHIKTHEID

Of u nog kunt rijden zonder uzelf, uw passagiers en de andere weggebruikers in gevaar te brengen, hangt af van de blijvende gevolgen van het CVA. Er zijn meerdere factoren in het spel:

- of u al dan niet last hebt van neglect (u 'vergeet' de helft van de ruimte rond u);
- of u motorische beperkingen hebt (bv. hemiplegie);
- of u gezichtsstoornissen hebt (zoals hemianopsie, d.w.z. verlies of vermindering van het gezichtsvermogen in de helft van het gezichtsveld van een oog of beide);
- of u taal- en begripstoornissen hebt;
- uw emotionele en geestelijke toestand (bv. concentratieproblemen);
- uw vermoeidheid;
- de geneesmiddelen die u neemt.

Alle bestuurders met een gezondheidsprobleem moeten zich **op eigen initiatief tot een arts naar keuze richten**. Het koninklijk besluit van 23 maart 1998 betreffende het rijbewijs, gewijzigd door het KB van 25 september 2002, beschrijft de medische aandoeningen die onverenigbaar zijn met het verkrijgen of behouden van het rijbewijs, of waarvoor een rijbewijs van beperkte duur wordt afgegeven. Voor een CVA geldt het volgende: "De kandidaat die een cerebrovasculaire aandoening heeft gehad, kan ten vroegste zes maanden na het verschijnen van die functiestoornis rijgeschikt worden verklaard."

Na een CVA neemt het slachtoffer dus beter contact op met een neuroloog naar keuze. Als er na zes maanden nog sprake is van een functiestoornis, zal deze de patiënt doorverwijzen naar het CARA. Het CARA bestaat uit een multidisciplinair team van artsen, (neuro)psychologen en verkeersdeskundigen. Het evalueert de fysieke, cognitieve en sensorische aspecten die belangrijk zijn om veilig te kunnen rijden. Het doet een praktische rijproef met een voertuig van het CARA, dat eventueel is aangepast aan de handicap (hemiplegie). De arts van het CARA zal een medisch rijgeschiktheidsattest afleveren (model 12), waarop eventueel vermeld staat welke aanpassingen uw voertuig nodig heeft en/of welke voorwaarden of beperkingen van toepassing zijn op het gebruik van het rijbewijs. Het CARA-onderzoek is gratis.

 Als u geen onderzoek laat doen, loopt u het risico dat uw verzekeringsmaatschappij de kosten van een eventueel ongeval weigert te dekken.

Antwoord op vraag 1 van de quiz op pagina 3: **JUIST**

Als u moet rijden voor uw werk en een medische keuring nodig hebt voor groep 2, moet u zich richten tot een arts van een medisch centrum van het Bestuur medische expertise (MEDEX) of tot een erkende arts van de dienst arbeidsgeneeskunde. Als u een functiestoornis hebt ten gevolge van het CVA, zal deze arts u eveneens voor advies doorverwijzen naar het CARA. De arts van het CARA zal zijn of haar bevindingen doorgeven aan de arts van het MEDEX of de arbeidsarts. Deze beslist uiteindelijk of u al dan niet geschikt bent om een voertuig van groep 2 te besturen, en onder welke voorwaarden. Onder groep 2 vallen vrachtwagens, bussen en voertuigen zoals bedoeld in artikel 43 van het KB betreffende het rijbewijs.

→ Zelfs als u toestemming krijgt om te rijden, moet u zich bewust zijn van uw reële capaciteiten. Stel de volgende vragen aan uzelf en aan iemand uit uw naaste omgeving.

Aan de hand van de antwoorden kunt u samen met de gezondheidswerkers de balans opmaken.


Hebt u veranderingen opgemerkt in uw manier van rijden (minder zelfzeker, minder handig, tragere reactie op onvoorziene omstandigheden enz.)?

Vraag aan iemand uit uw naaste omgeving of hij/zij veranderingen heeft opgemerkt in uw manier van rijden.

	UW MENING		DE MENING VAN EEN NAASTE	
	JA	NEE	JA	NEE
TERWIJL U AAN HET RIJDEN WAS:				
Bent u al eens verloren gereden?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bent u al eens vergeten waar u heen ging?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Hebben anderen al eens naar u geclaxonneerd?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
IS ONLANGS HET VOLGENDE GEBEURD?				
Iemand heeft kritiek gegeven op uw manier van rijden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
U hebt een boete gekregen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
U hebt een ongeval gehad, al was het maar een lichte aanrijding.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Noteer hier de oorzaken van de laatste boetes, ongevallen en aanrijdingen:

Na een CVA kan het nuttig zijn om enkele rijlessen te nemen. Sommige rij scholen beschikken over aangepaste voertuigen. In sommige gevallen kan het CARA een aangepast voertuig ter beschikking stellen van een rij school naar keuze. Zo kunt u weer wennen aan het rijden en uw rij geschiktheid na tien uur rij les opnieuw laten evalueren. Vooral als u een hemiplegie aan de rechterzijde hebt, is dit interessant, omdat u dan moet leren rijden met het gaspedaal aan de linkerkant.

 Als u rij jongeschikt bevonden bent, is het af te raden een voertuig te kopen waarvoor u geen rij bewijs nodig hebt. Zogenaamde voertuigen zonder rij bewijs worden beschouwd als bromfietsen met vier wielen. Ook voor dit soort voertuigen moet u voldoen aan de medische criteria.

AANPASSINGEN

Sommige motorische handicaps kunnen worden gecompenseerd met bepaalde apparatuur of aanpassingen in het voertuig:

- automatische versnellingsbak;
- gaspedaal links van het rempedaal;
- aangepaste bedieningselementen (lichten, ruitenwisser en sproeier, claxon, richtingaanwijzers), die bediend kunnen worden met de linkerhand (bij rechtse hemiplegie) of de rechterhand (bij linkse hemiplegie), zonder het stuur los te laten.

Het CARA beslist welke aanpassingen vereist zijn en noteert dit in de vorm van codes op het rij bewijs. Deze Europese codes zijn vernieuwd in 2017.

Praat erover met de ergotherapeut of kinesist.

De aanpassingen kunnen deels gefinancierd worden door PHARE in Brussel, het AVIQ in Wallonië of het VAPH in Vlaanderen.

PARKEREN

Om te mogen parkeren op een gehandicaptenplaats, hebt u een parkeerkaart nodig. Ook iemand die een persoon met een parkeerkaart vervoert of begeleidt, mag op een voorbehouden plaats parkeren.

Bij de afgifte van de parkeerkaart wordt geen rekening gehouden met de invaliditeitsgraad. Iedereen die problemen heeft om zich te voet te verplaatsen of die dat niet zelfstandig kan doen, en iedereen die vanwege zijn of haar handicap altijd vergezeld moet zijn van een derde persoon tijdens zijn of haar verplaatsingen, heeft recht op een kaart.

Als u een parkeerkaart hebt, kunt u in de stad onder bepaalde voorwaarden en omstandigheden ook parkeren waar dat normaal niet toegestaan is. Informeer u daarover goed op het gemeentehuis.

U kunt een parkeerkaart aanvragen bij het DG Personen met een handicap.

De kaart is geldig in alle lidstaten van de Europese Unie.

Volgens de wet zijn parkeerplaatsen voor gehandicapten niet per definitie gratis. Elke gemeente heeft een eigen tariefbeleid. Informeer u goed!

Antwoord op vraag 2 van de quiz op pagina 3: FOUT. U mag niet automatisch parkeren op een gehandicaptenplaats. U moet eerst een kaart aanvragen.

ANDERE VOERTUIGEN

De laatste jaren is er veel onderzoek gedaan naar ondersteuning van de mobiliteit. Dat heeft geleid tot innovatieve oplossingen. Zo bestaan er nu drie- en vierwielers met hand- of voetaandrijving.

Vraag meer informatie aan uw ergotherapeut, kinesist of patiëntenvereniging.

Voor uw verplaatsingen bestaan de volgende oplossingen:

- taxibedrijven met voertuigen die geschikt zijn voor het vervoer van rolstoelen;
- huurvoertuigen die aangepast zijn aan specifieke handicaps;
- bedrijven die gespecialiseerd zijn in het vervoer van personen met een handicap;
- in sommige steden is er een openbare dienst voor collectief vervoer en begeleiding op aanvraag voor personen met een handicap (vraag verdere inlichtingen op het gemeentehuis).

Verder is het mogelijk dat uw ziekenfonds tussenkomt in de kosten van niet-dringend vervoer dat verband houdt met uw ziekte (bijvoorbeeld van uw woning naar het ziekenhuis).

OPENBAAR VERVOER

BUS

Veel steden hebben inspanningen gedaan om personen met beperkte mobiliteit te helpen zich te verplaatsen. Doorgaans zijn bussen, trams, metro's, trolleybussen enz. aangepast. Informeer u echter goed voor u vertrekt, want niet in alle steden zijn de aanpassingen van hetzelfde niveau.

TREIN

In België biedt de NMBS gratis assistentie voor personen met beperkte mobiliteit: dagelijkse gepersonaliseerde assistentie in het station, van de eerste tot de laatste trein. Om van die assistentie gebruik te maken, moet u een aanvraag doen via het Contact Center op 02 528 28 28. Dat is elke dag open van 7:00 tot 21:30 uur.

http://pmr.b-rail.be/pbm_prd/ReservationPage.aspx?lang=nl

• tot drie uur voor vertrek voor een reis zonder overstap tussen twee van de volgende 18 stations:

Antwerpen-Centraal, Brugge, Brussel-Centraal, Brussel-Noord, Brussel-Zuid, Charleroi-Zuid, Denderleeuw, Dendermonde, Gent-Sint-Pieters, Hasselt, Kortrijk, Leuven, Luik-Guillemins, Mechelen, Bergen, Namen, Oostende, Sint-Niklaas.

• tot 24 uur voor vertrek voor een reis met of zonder overstap in 131 stations.

<http://www.belgianrail.be/nl/klantendienst/reizigers-met-beperkte-mobiliteit/stations-assistentie.aspx>

Meld u op de dag van de reis minstens 20 minuten voor het vertrek van de trein aan op het afgesproken ontmoetingspunt.

Personen met beperkte mobiliteit – zonder rolstoel of met een plooibare rolstoel waarbij hun beperking niet verhindert dat ze deze kunnen verlaten en zonder mobiele laadbrug aan boord van de trein kunnen stappen – kunnen ook in andere Belgische stations van een aangepaste assistentiedienst genieten, afhankelijk van de beschikbaarheid van het personeel en volgens de boekingsprocedure (24 uur vooraf). Voor buitenlandse reizen moet u uw aanvraag minstens 48 uur voor vertrek indienen. Het is ook mogelijk om gratis of met korting te reizen, of met voorrang.

Er zijn specifieke plaatsen voor reizigers in een rolstoel, zowel in de trein als in het station (met bepaalde aanpassingen, zoals loketten met een lagere balie).

Meer inlichtingen vindt u op de website van de NMBS:

<http://www.belgianrail.be/nl/klantendienst/reizigers-met-beperkte-mobiliteit.aspx>.

Download de *Gids voor personen met beperkte mobiliteit* (PDF).

http://www.belgianrail.be/nl/klantendienst/~/_/media/6A0F234D6D1A46C9BD1079880DC50834.pdf

VLEIGTUIG

Na een CVA is het mogelijk een vliegtuig te nemen, op voorwaarde dat de cabine onder constante druk staat. Vooral kleine toeristische vliegtuigen kunnen in dat opzicht problemen geven.

Antwoord op vraag 3 van de quiz op pagina 3: **JUUST**

Hier geven we enkele tips voor vliegtuigreizen na een CVA:

- Vraag advies aan uw arts. Hij of zij zal nagaan of u fit genoeg bent om het vliegtuig te nemen.

Indien nodig kunt u een MEDIF-formulier indienen bij de vliegtuigmaatschappij.

Voor Brussels Airlines: http://web.brusselsairlines.com/files/MEDIFenglish_final.pdf

- Doe het volgende om bloedstolsels te voorkomen: strek regelmatig uw benen, maak cirkels met uw enkels, loop wat heen en weer en/of draag steunkousen, vooral tijdens langeafstandsvluchten.

- Drink regelmatig water en vermijd alcoholische dranken.

Als u mobiliteitsproblemen hebt, krijgt u op de luchthaven uiteraard de nodige assistentie. Neem daarvoor bij voorkeur contact op met uw luchtvaartmaatschappij op het ogenblik dat u boekt. Als u online boekt, moet u het overeenkomstige formulier invullen (zie verder).

Dit zijn de internationale codes voor assistentie die worden gebruikt op elke luchthaven: WCHR: alleen assistentie nodig om lange afstanden af te leggen in de luchthaven.

WCHS: assistentie nodig om te stappen en trappen op en af te gaan.

WCHC: assistentie nodig tussen de deur van het vliegtuig en de rolstoel (en omgekeerd).

WCH = wheelchair (rolstoel)

Bij Brussels Airlines kunt u assistentie aanvragen via de volgende links:

NL: http://web.brusselsairlines.com/pdf/information_sheet_for_wheelchairs_dutch.pdf

FR: http://web.brusselsairlines.com/pdf/information_sheet_for_wheelchairs_french.pdf

EN: http://web.brusselsairlines.com/pdf/information_sheet_for_wheelchairs.pdf

Op de tweede pagina van dat document kunt u informatie verstrekken over uw eigen rolstoel.

Als u dat wenst, kunt u met Brussels Airlines kosteloos uw eigen rolstoel, looprek of krukken meenemen. Geef dit wel op voorhand aan, zodat het voorwerp kan worden toegevoegd aan uw boeking.

Neem contact op met uw luchtvaartmaatschappij als u andere medische hulpmiddelen wenst mee te nemen, zoals een toestel tegen slaapapneu (C-PAP) of als u extra zuurstof nodig hebt (erkende draagbare zuurstofconcentrator of een zuurstoffles van de luchtvaartmaatschappij, met supplement). Houd er rekening mee dat elke luchtvaartmaatschappij andere diensten aanbiedt.

Neem altijd op voorhand contact op met Brussels Airlines, zelfs als u denkt geen bijzondere assistentie nodig te hebben. Klik daarvoor op

<https://www.brusselsairlines.com/nl-be/praktische-informatie/reisinfo/voor-de-vlucht/speciale-assistentie/default.aspx#question2>

<https://www.brusselsairlines.com/fr-be/informations-pratiques/info-voyage/avant-le-vol/assistance-speciale/default.aspx#question2>

Denk aan het volgende voor u vertrekt ...	
Vraag aan uw arts een medisch verslag in het Engels en een voorschrift met de internationale generieke naam (INN) van uw behandelingen.	Vraag via uw ziekenfonds een Europese ziekteverzekeringskaart aan als u binnen Europa reist.
Voorzie voldoende geneesmiddelen voor het volledige verblijf. Als u meer dan een maand weg bent, moet u aan uw arts een attest vragen om geneesmiddelen voor een langere periode te kunnen kopen.	Zoek en noteer de gegevens van ambassades of consulaten.
Ga minstens twee maanden op voorhand na of u de nodige vaccins hebt.	Zoek het noodnummer van het land van bestemming op (112 in Europa, 911 in de Verenigde Staten) en onderzoek welke verzorgingsvoorzieningen er zijn (spoeddiensten, ziekenhuizen enz.).
Zorg ervoor dat u een reisbijstandsverzekering hebt met mogelijkheid tot repatriëring.	Vraag bij de Belgian Stroke Council een kaart aan met informatie over uw ziekte.
Voorzie een medische kit met middelen voor de gebruikelijke kwalen (diarree, reisziekte, hoofdpijn enz.).	
Onderweg	
Houd uw voorschrift en een deel van de geneesmiddelen altijd bij de hand. Steek een kopie van het voorschrift en de rest van de geneesmiddelen in de ingecheckte bagage.	

HULP ZOEKEN

Het CARA (Centrum voor Rijgeschiktheid en voertuigAanpassing):

<http://www.vias.be/nl/particulieren/cara/>

<https://phare.irisnet.be/aides-%C3%A0-l-inclusion/d%C3%A9placements/>

https://www.aviq.be/handicap/questions/aides_financieres/voiture.html

<https://www.vaph.be/ondersteuning-op-maat/hulpmiddelen/welke>

De website van de NMBS:

<http://www.belgianrail.be/nl/klantendienst/reizigers-met-beperkte-mobiliteit.aspx>

De website van Brussels Airlines:

<https://www.brusselsairlines.com/nl-be/praktische-informatie/reisinfo/default.aspx>

https://www.aviq.be/handicap/questions/loisirs_vacances/loisirs-aceessibles.html

http://www.visitflanders.com/nl/toegankelijkheid/index.jsp?country=nl_NL

Antwoorden op de vragen van de quiz op pagina 3:

Vraag 1: **JUIST** – Vraag 2: **FOUT** – Vraag 3: **JUIST** – Vraag 4: **FOUT**

AVC

Eerder verschenen brochures:

BROCHURE nr. 1: WAT IS EEN CEREBROVASCULAIR ACCIDENT?

BROCHURE nr. 2: EEN RECIDIEF VOORKOMEN NA EEN CEREBROVASCULAIR ACCIDENT

BROCHURE nr. 3: IEMAND IN UW OMGEVING HELPEN NA EEN CEREBROVASCULAIR ACCIDENT

BROCHURE nr. 4: HEMIPLEGIE NA EEN CVA

BROCHURE nr. 5: BESCHIKBARE STEUN VOOR PATIËNTEN NA EEN CVA

BROCHURE nr. 6: AFASIE, DE TAALSTOORNIS DIE SPREKEN EN/OF BEGRIJPEN MOEILYK MAAKT

BROCHURE nr. 7: HET DAGELIJKSE LEVEN NA EEN CVA

BROCHURE nr. 8: HUMEURSCHOMMELINGEN, VERMOEIDHEID, DEPRESSIE

BROCHURE nr. 9: SLIKSTOORNISSEN

Bel onmiddellijk het noodnummer 112 op als een van deze symptomen plots optreedt: gezichtsverlamming, verzwakte arm, taalstoornissen.



Deze brochure werd opgesteld door een werkgroep onder leiding van het Franse bedrijf éduSanté. Dit waren de leden van de werkgroep: Dr. France Woimant (UZ Lariboisière, Parijs), Dr. Marie-Hélène Mahagne (UZ Nice), Mevr. Françoise Benon (France AVC) en Dhr. Bernard Auchère (France AVC). De brochure werd aangepast voor België met de hulp van de Belgian Stroke Council. Wij willen in het bijzonder de volgende personen bedanken voor hun waardevolle hulp: Dhr. Manu Strypstein (CARA), Mevr. Elisa Roux (NMBS) en Mevr. Hilde Raymackers (Brussels Airlines).

U kunt deze brochure ook downloaden op de website www.belgianstrokecouncil.be

Met de steun van Boehringer Ingelheim France.
05/2017 – Boehringer Ingelheim /
Belgian Stroke Council