



## Veilig op weg met hersenletsel

**Als je hersenen beschadigd zijn, gaan dagelijkse dingen niet meer zo makkelijk. Kun je nog wel veilig aan het verkeer meedoen? Het is belangrijk om daarbij stil te staan. Voor jouw veiligheid en die van anderen. Bij sommige soorten hersenletsel mag je een bepaalde periode niet rijden.**

Deze brochure is ontwikkeld door:

Samen veilig vooruit 

Aanbevolen door:

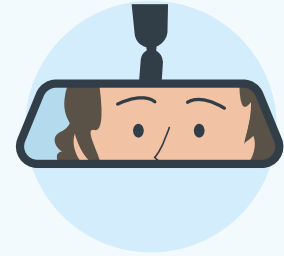
Mede mogelijk gemaakt door financiering van:

Na hersenletsel kan verkeersdeelname met de auto, brommer, motor of fiets moeilijker zijn. Bijvoorbeeld omdat je niet snel genoeg kunt reageren als een auto voor je remt, of omdat je moeite hebt met concentreren tijdens een lange rit. De kans op een ongeluk is dan groter.

Of je veilig de weg op kunt na hersenletsel hangt af van de hersenbeschadiging, jouw klachten en hoelang geleden het letsel is ontstaan.

### Veelvoorkomende klachten na hersenletsel

- Ik ben onhandiger dan voorheen.
- Ik reageer trager dan voorheen.
- Ik kan niet goed tegen drukte.
- Ik kan niet goed mijn aandacht lang vasthouden.
- Ik kan minder goed verschillende dingen tegelijkertijd doen.
- Ik word sneller overstuurd of boos.
- Ik ben sneller moe.
- Ik kan minder goed de weg vinden.
- Ik heb lichamelijke beperkingen (zoals kijken, horen, bewegen).



*Geldt dit voor jou? Dan is verkeersdeelname waarschijnlijk (nog) niet verstandig.*

Deze brochure gaat over het besturen van auto, motor, scooter of scootmobiel. Voor beroepschauffeurs en voor varen of vliegen gelden andere regels. Voor voertuigen zoals brommers en fietsen zijn geen officiële regels. Maar denk altijd goed na of het verstandig is om aan het verkeer mee te doen en bouw het weer voorzichtig op. Soms kan een ergotherapeut helpen.

### Hoe weet je of je veilig de weg op kunt?

#### 1 Kijk eerst op [cbr.nl/hoekanikrijdenmet](https://www.cbr.nl/hoekanikrijdenmet) of je volgens de wet (tijdelijk) niet mag rijden.

- Bij een TIA of herseninfarct mag je minimaal 2 weken niet rijden. Als je na 2 weken nog klachten hebt, mag je minimaal 3 maanden niet rijden.
- Bij een hersenbloeding met een bloedvatmisvorming mag je meestal 6 maanden niet rijden. Als je behandeld wordt om herhaling te voorkomen, start de periode van 6 maanden na de behandeling.

#### 2 Ben je nog aan het herstellen? Ga dan nog niet rijden.

- Wacht tot je lichamelijk en mentaal weer stabiel bent voordat je de volgende stappen neemt.
- Laat je niet te vroeg door het CBR beoordelen, want dit kost tijd en geld.

#### 3 Geldt voor jou geen wettelijke rijbeperking of is de wettelijke termijn (bijna) voorbij? En denk je zelf dat je weer kunt rijden?

- Bespreek eerst met je behandelend arts of je veilig de weg op kunt.
- Bij twijfel geeft de arts aan dat je een gezondheidsverklaring van het CBR moet invullen. Dat is een formulier waarop je aan het CBR aangeeft wat jouw gezondheidssituatie is. Ga naar [cbr.nl/gezondheidsverklaring](https://www.cbr.nl/gezondheidsverklaring).

- Het CBR onderzoekt of je veilig de weg op kunt. Je moet je misschien laten keuren door een arts of een rijtest doen. Soms kun je naar je eigen arts, soms moet je naar een andere specialist.
- Na het onderzoek geeft het CBR aan of je rijgeschikt bent en mag rijden. Dit hangt bijvoorbeeld af van je lichamelijke of mentale problemen sinds de aandoening, de kans op herhaling en of/wanneer er een behandeling is geweest. Het CBR kan je ook rijgeschikt verklaren 'onder voorwaarden'. Dan mag je rijden, maar bijvoorbeeld met aanpassingen aan de auto of motor. Ook is het mogelijk dat het CBR een rijgeschiktheid voor beperkte duur aangeeft, zoals 3 of 5 jaar.

*Het CBR reageert binnen 4 weken op de gezondheidsverklaring. Het CBR reageert ook binnen 4 weken op een verslag van een keuringsarts. Zodra je een uitnodiging hebt gekregen van het CBR kun je een rijtest inplannen.*

**Let op:** Er zijn misleidende websites die beweren hulp te bieden bij het kopen of invullen van de Gezondheidsverklaring. Dit leidt tot extra kosten.

Aan de beoordeling van de gezondheidsverklaring en een bezoek aan een keuringsarts zijn kosten verbonden. Een rijtest is gratis maar je moet voor deze test wel een lesauto huren. De kosten staan op [cbr.nl/kostengezondheidsverklaring](https://cbr.nl/kostengezondheidsverklaring). Soms worden de kosten deels vergoed door je zorgverzekering. Voor de Belastingdienst kunnen ze meetellen als bijzondere zorgkosten.

### Slik je medicijnen?

Medicijnen kunnen invloed hebben op je rijvaardigheid. Je kunt bijvoorbeeld duizelig en/of slaperig worden of minder snel reageren. Daarom zijn er regels als je wilt rijden en medicijnen gebruikt. Kijk op de bijsluiter, vraag je apotheek of kijk op [rijveiligmetmedicijnen.nl](https://rijveiligmetmedicijnen.nl).

### Heb je nog geen rijbewijs?

Als je rijexamen gaat doen, moet je eerst een CBR-gezondheidsverklaring invullen. Als je hersenletsel hebt, is het verstandig om een gezondheidsverklaring in te vullen voordat je rijlessen neemt. Geeft het CBR aan dat je rijgeschikt bent? Dan kun je ervoor kiezen om rijlessen te nemen bij een rijschool met ervaring met hersenletsel. Deze vind je op [wegwijzer-hersenletsel.nl](https://wegwijzer-hersenletsel.nl).

### Check je autoverzekering

Vaak ben je verplicht bij je verzekeraar te melden dat je hersenletsel hebt opgelopen. Je kunt dit vinden in je verzekeringsvoorwaarden of navraag doen bij je verzekering.



# Nog enkele tips om veilig op weg te gaan met hersenletsel

## 1 Doe de Rij Bewust Test

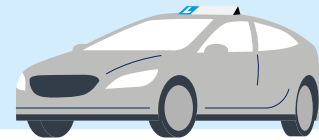
Met deze anonieme online zelftest van Veilig Verkeer Nederland en het CBR ontdek je of je zelf vindt dat je in lastige situaties goed kunt rijden: [rijbewusttest.nl](https://rijbewusttest.nl).

## 2 Doe een opfriscursus

Veilig Verkeer Nederland geeft opfriscursussen, online en op locatie. Zowel voor de auto als andere vervoersmiddelen. Dit is meestal gratis. Alleen jij krijgt de uitslag.

## 3 Neem een paar rijlessen

Mag je weer rijden maar vind je het spannend? Volg enkele rijlessen. Op [wegwijzer-hersenletsel.nl](https://wegwijzer-hersenletsel.nl) vind je rij scholen met ervaring met hersenletsel.



## 4 Zoek hulp

Bel de Breinlijn op 085-2250244 voor informatie en advies door hersenletselprofessionals, of ga naar [breinlijn.nl](https://breinlijn.nl). Via patiëntenvereniging [hersenletsel.nl](https://hersenletsel.nl) en [hersenletsel-uitleg.nl](https://hersenletsel-uitleg.nl) kun je in contact komen met lotgenoten om ervaringen uit te wisselen.

## 5 Gebruik ander vervoer

Kan of wil je niet meer zelf rijden? Er zijn andere manieren om van A naar B te komen. Kijk op [cbr.nl/ongeschikt](https://cbr.nl/ongeschikt).

## 6 Vraag om feedback

Mag je weer rijden maar twijfel je? Vraag de eerste keren aan mensen die met jou meerijden om eerlijke feedback te geven op jouw rijgedrag. Als de twijfel blijft, rijd dan niet meer of neem contact op met het CBR.



Lees meer over hersenletsel en verkeersdeelname op [hersenletsel.nl/verkeer](https://hersenletsel.nl/verkeer). Je kunt daar ook deze brochure downloaden.

*Deze brochure is ontwikkeld door de Informatietafel Hersenletsel en het CBR (2024).*