OVER WSN

Wat doet WSN?

Whiplash Stichting Nederland stelt zich ten doel de (h)erkenning van het whiplashsyndroom te bevorderen en de positie van whiplashpatiënten te versterken. We doen dit actief, onder meer door:

- bijstaan en begeleiden van mensen die te maken hebben met de gevolgen van whiplash;
- inzicht geven in de oorzaken van whiplash en het stimuleren van preventie;
- samenwerken met andere partijen, zoals patiëntenorganisaties. We werken onder meer aan een krachtige boodschap naar de verschillende belanghebbenden;
- stimuleren en bekend maken van (wetenschappelijk) onderzoek naar de oorzaken en behandeling van whiplash.

De dialoog zoeken

De WSN wil voorkomen dat partijen tegenover elkaar komen te staan. We werken liever gezamenlijk aan een oplossing. Daarom gaan we de dialoog aan met álle belanghebbenden. De WSN werkt daarnaast hard aan de beeldvorming rond whiplash onder het brede publiek.

Erkend...

De Whiplash Stichting Nederland is de enige landelijke whiplashpatiëntenorganisatie, en is erkend door het ministerie van VWS.

...en beschermd

De WSN is trots dat Prof. mr. Pieter van Vollenhoven optreedt als beschemheer.

WSN VOOR U

De WSN helpt mensen die te maken hebben met whiplash. Actief en vanuit ervaringsdeskundigheid.

Lotgenotencontact

De WSN bevordert het contact tussen lotgenoten. Lotgenotendagen en individueel lotgenotencontact zorgen voor steun, begrip en erkenning.

Voorlichting

De WSN biedt informatie en advies via een whiplashhelpdesk en een Letselschade Helpdesk. Voor vragen over ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid is er een advies- en meldpunt. De WSN beschikt daarnaast over een eigen Medische Adviesraad.

Ondersteuning

Goed opgeleide en ervaringsdeskundige contactpersonen van de WSN bieden mensen met whiplash een luisterend oor. Door middel van cursussen ondersteunen zij bij het omgaan met de beperkingen. U kunt bij hen ook terecht voor medische, therapeutische en juridische informatie, adviezen, tips en waardevolle adressen.

Belangenbehartiging

De WSN maakt zich sterk om de positie van mensen met een whiplashsyndroom te verbeteren. We brengen de problematiek actief onder de aandacht, denken mee over oplossingen en zijn een belangrijke gesprekspartner voor zorgverleners, overheid, verzekeraars en juridisch belangenbehartigers.

Bevorderen van onderzoek

Nieuw wetenschappelijk onderzoek is nodig om duidelijkheid te scheppen over de diagnose en vooral ook de behandeling van het whiplashsyndroom. De WSN bevordert onderzoek en zoekt hierin de samenwerking met meerdere partijen.

CONTACTGEGEVENS

Meer weten?

U kunt ons bereiken op werkdagen via T. 088 - 656 57 00. Voor meer informatie kunt u ook terecht op onze website.

Whiplash Stichting Nederland
Noordse Bosje 16
1211 BG Hilversum
T: 088 - 656 57 00
E: info@whiplashstichting.nl
I: www.whiplashstichting.nl

Noorderweg 62, 1221 AB Hilversum
t. 035-2042003

Algemeen Nut Beogende Instelling
ANBI

Concept & realisatie i.s.m. SPRANQ creatieve communicatie, Utrecht

WHIPLASH

kan iedereen overkomen...

Een plotselinge overrekking van de nek bij een ongeval heeft voor sommige mensen langdurige gevolgen. Een whiplash kan je behoorlijk nekken. Whiplash Stichting Nederland helpt!

WHIPLASH STICHTING NEDERLAND

WAT IS WHIPLASH?

Oorzaak

Een whiplash is een heftige slingerbeweging van het hoofd ten opzichte van de romp. De oorzaak van deze plotseling overrekking van de nek is vaak een verkeersongeval, maar een whiplash kan ook opgelopen worden op het sportveld of door een bedrijfsongeval. Zelfs een, op het eerste gezicht onschuldig, ongeluk thuis kan een whiplash veroorzaken.

Gevolgen

Een whiplash kan ingrijpende gevolgen hebben en resulteren in ernstige en aanhoudende gezondheidsklachten. De meest voorkomende klachten zijn pijn in de nek, het hoofd, de schouders en de rug. Concentratiestoornissen, duizeligheid, vermoeidheid en vergeetachtigheid komen ook veel voor.

Een whiplash...
...kan iedereen overkomen

Herstel

Tussen de 15.000 en 20.000 mensen lopen jaarlijks whiplashletsel op. De meesten van hen houden gelukkig maar korte tijd last van klachten. Van de mensen die een whiplash meemaken is 80% binnen twee jaar klachtenvrij. Ongeveer één op de vijf houdt blijvend ernstige klachten.

Erkenning

Het primaire letsel van een whiplash is niet altijd zichtbaar te maken. Mensen met blijvende klachten lopen daarom vaak tegen onbegrip aan. Dit onbegrip komt het herstel niet ten goede. Whiplash Stichting Nederland werkt daarom aan een brede acceptatie van de diagnose whiplash.

Het overkwam Jan Vayne

Pianist Jan Vayne over zijn whiplash als gevolg van een ongeval: “Ik praat niet graag over mijn klachten. Je krijgt weinig medeleven: whiplash is niet meetbaar. Ik brak eens mijn pink. Dat was zichtbaar. Maar mijn whiplash is een gegeven dat ik niet kan veranderen. Ik ga er maar zo goed mogelijk mee om”.

OMGAAN MET WHIPLASH

Onmiddellijk actie

Als u een ongeval meemaakt is het belangrijk dat u zo spoedig mogelijk een arts raadpleegt. De arts zal u onderzoeken op mogelijke fracturen, bewegingsbeperkingen, stabiliteit en oogvolgbewegingen. Een eenvoudig neurologisch onderzoek brengt de risicogebieden hoofd/hals, schouders en armen in beeld. Adequaat medisch onderzoek kan veel problemen voorkomen.

De eerste weken

In de eerste weken nadat de whiplash heeft plaatsgevonden moet u goed uw grenzen bewaken. Het is belangrijk dat u rust, ontspanning en inspanning afwisselt. Een halskraag is niet aan te raden, maar goede pijnstilling (in overleg met de huisarts) kan zinvol zijn. Hoe minder pijn u heeft, hoe beter u uw nek kunt bewegen. Dit komt het herstel ten goede.

Blijf actief

Actief blijven is belangrijk, zowel bij acute als chronische klachten. Actief blijven verkleint in de acute fase uw kans op langdurige klachten, en is bij langdurige klachten erg belangrijk voor uw welbevinden en gezondheid. Om op een *gezonde* manier actief te kunnen zijn, is het raadzaam:

- te letten op een goede lichaamshouding;
- uw dagelijkse activiteiten af te stemmen op uw belastbaarheid. Een dagboek kan hierbij helpen;
- regelmatig oefeningen te doen.

Verbetering

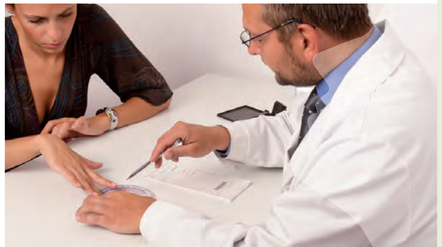
Als het na een à twee weken beter met u gaat, kunt u weer meer gaan bewegen en langzaamaan uw dagelijkse activiteiten oppakken. Als de klachten meer dan twee weken aanhouden, is het raadzaam opnieuw een arts te consulteren.

Gouden tip

Het uitwisselen van ervaringen is goud waard. Heeft u te maken met de gevolgen van een whiplash en heeft u een goed advies om herstel te bevorderen of klachten te verminderen? Meld uw tip bij Whiplash Stichting Nederland via info@whiplashstichting.nl

Als klachten aanhouden

Als uw klachten aanhouden, is het van groot belang dat uw huisarts inzicht krijgt in de aard van uw klachten. Spreek met uw arts niet alleen over de pijn en beperkingen, maar ook over andere zaken die u bezighouden, zoals de gevolgen voor uw werk en een mogelijke schaderegeling.



WORD WSN LID

Whiplash Stichting Nederland ondersteunt mensen die te maken hebben met de gevolgen van een whiplash. Op de achterzijde van deze brochure leest u hier uitgebreid over. Wilt u ons werk steunen, dan kunt u lid worden. Bijvoorbaat hartelijk dank!

Als lid profiteert u van:

- Toegang tot de besloten patiëntencommunity op de website;
- Toegang tot het advies- en meldpunt ziekteverzuim en arbeidsongeschiktheid;
- Gratis advies van advocaten via de WSN-letselschade helpdesk;
- 3 keer per jaar het Whiplash Magazine;
- Voordeel bij juridische bijstand van ASP-advocaten; lees meer over het convenant WSN-ASP;
- Gratis digitaal informatiemateriaal en korting op brochures en publicaties;
- Korting op activiteiten van de WSN;
- Korting op producten;
- ANBI-instelling: een gift aan de WSN is aftrekbaar van het belastbaar inkomen.

Vele leden maken onze stem krachtig richting politici en professionals!

Voor een (minimaal) bedrag van € 25,00 per jaar ondersteunt u de Whiplash Stichting Nederland. Voor bedrijven en instellingen is dit € 45,50 per jaar.

Ja, ik word lid

Door ondertekening van dit formulier geeft u toestemming aan de Whiplash Stichting Nederland (WSN) om doorlopende incasso-opdrachten (SEPA) te sturen naar uw bank zodat de bank t.b.v. de WSN jaarlijks de contributie van uw rekening kan afschrijven*

Contributie _____ euro

Naam incassant: WSN
Adres: Noorderweg 62, 1221 AB Hilversum
1211 BH Hilversum (NL)
Incassant ID: NL18ZZZ411835890000
Kenmerk Machtiging: combinatie van uw lidnr./IBAN-rek.nr. (kenmerk bij elke afschrijving)

IBAN-rek.nr. _____
BIC ** _____

Ten name van _____

Dhr. / mevr. _____
Adres _____
Postcode _____
Plaats _____
Land _____
Telefoon _____
E-mail _____
Datum _____

Ik geef de WSN toestemming mij per e-mail te informeren. JA / NEE***

Handtekening

* Als u het niet eens bent met de afschrijving kunt u deze laten terugboeken. Neem hiervoor binnen 8 weken na afschrijving contact op met uw bank.
** Geen verplicht veld bij Nederlands rekeningnummer.
*** Doorhalen wat niet van toepassing is.