



Beste patiënt

De diagnostiek en behandeling van patiënten met aanhoudende pijnklachten is de voorbije jaren uitgegroeid tot een aparte discipline binnen de geneeskunde.

Om hieraan tegemoet te komen werd in het Az Damiaan, in opdracht van de Federale Overheid (FOD), een multidisciplinair pijnteam en een multidisciplinair centrum voor de behandeling van patiënten met chronische pijn opgericht.

Het multidisciplinair centrum voor de behandeling van subacute/chronische pijn

We adviseren patiënten met aanhoudende pijnklachten om, na overleg met de huisarts, een pijnarts en/of een revalidatiearts te raadplegen.

Aansluitend op de diagnostiek zal, mogelijk in overleg met gespecialiseerde artsen uit andere disciplines, een behandeling voorgesteld worden die aangepast is aan de persoonlijke behoeften. De voorgestelde behandeling kan specifiek pijnstillend zijn en/of gericht op aanpassingen in de levensstijl. Het multidisciplinair pijnteam zal de patiënt bij deze ambulante behandeling ondersteunen.



‘Pijn in beweging’, een multidisciplinair pijnrevalidatieprogramma

Zowel onderbelasting als overbelasting van het lichaam leiden tot een toename van de pijn. In het programma worden patiënten met chronische pijn in een kleine groep en op persoonlijke maat begeleid. De groepssessies lopen over een periode van twaalf weken. A.d.h.v. een gevarieerd programma wordt gestreefd naar functionele verbetering, optimalisering van de ergonomische omstandigheden en het leren omgaan/leven met pijn.

De focus van het programma ligt op het verbeteren van de levenskwaliteit.

Bewegingstherapie en ergotherapie

Opnieuw leren bewegen op een gedoseerde manier met aandacht voor een correcte houding, draagt bij tot een verbetering van de fysieke conditie en een toename van de spierkracht om de pijn te helpen dragen. Workshops m.b.t. het doseren van activiteiten, het uitvoeren van huishoudelijke taken, een goede zit- en lighouding en andere dragen bij tot een verbetering in de ergonomische omstandigheden.



Multidisciplinair Pijn Educatie Programma (MPEP)

Het MPEP is een interactief proces tussen de patiënt en de leden van het pijnteam. Het doel is de gedachten en/of het gedrag van de patiënt in relatie tot de gezondheid te wijzigen. Naast uitleg over hoe de pijn te verklaren is, wat wel of niet doen met pijn, komen ook heel wat andere onderwerpen aan bod. Zo vinden er sessies plaats rond ‘pijn en medicatie’, ‘pijn en slaap’ en een volledig uitgewerkte module rond ‘omgaan met stress’.

Psychologische begeleiding

De psycholoog kan, na het voeren van een kennismakingsgesprek, individuele begeleiding voorstellen. Deze begeleiding is gericht op het leren omgaan met en het accepteren van pijn in zijn diverse aspecten zoals de partnerrelatie, de thuissituatie, de invloed van pijn op sociale relaties en op werkomstandigheden, ...

Relaxatie

Pijn veroorzaakt spanning, zowel lichamelijk als geestelijk. Om de spanning te leren verminderen, kan de patiënt deelnemen aan de trainingsgroep relaxatie.

Tijdens 12 sessies, die telkens 1 uur duren, leert en oefent de patiënt diverse relaxatiemethodes in met als doel deze te kunnen toepassen waar nodig of gewenst.

De relaxatietherapie kan enkel gevolgd worden indien de patiënt vooraf heeft deelgenomen aan het programma 'Pijn in beweging'.

Het multidisciplinair pijnteam

De pijnarts

De pijnarts, met als specialisatie anesthesie, zal nagaan in welke mate het pijnprobleem al geïnventariseerd werd en of er factoren zijn die het chronisch proces mee beïnvloeden. Zowel een medicamenteuze als een interventionele en/of een multidisciplinaire aanpak kunnen worden voorgesteld.



De revalidatiearts

Tenzij u specifiek werd doorverwezen door een revalidatiearts van een andere instelling, is een afspraak met de revalidatiearts noodzakelijk alvorens te starten. Deze arts is gespecialiseerd in het behandelen van mensen die leven met beperkingen in het functioneren. Deze beperkingen kunnen het gevolg zijn van een ongeval, een aandoening of van chronische pijn. De revalidatiearts stelt aan de hand van een diagnose een behandelplan op.



De verpleegkundig specialist pijn/coördinator van het pijnteam

De verpleegkundige, gespecialiseerd op het vlak van pijn, zal samen met de artsen en de patiënt elke vorm van behandeling opvolgen en zal aan de verwijzer verslag uitbrengen van alle relevante gegevens. De verpleegkundige is het centraal aanspreekpunt bij vragen en bij het afstemmen van de verwachtingen op het therapeutisch aanbod.

De pijnpsycholoog

De psycholoog gaat met u in dialoog over eventuele psychosociale factoren die de pijn mee kunnen beïnvloeden of veroorzaakt worden door de pijn. Waar aangewezen, wordt hiervoor psychologische begeleiding voorgesteld.



De kinesitherapeut en de ergotherapeut

De kinesitherapeut en ergotherapeut begeleiden de patiënt gedurende het pijnrevalidatieprogramma. Er wordt gestreefd naar functionele verbetering, optimalisering van de ergonomische omstandigheden en het aanleren van vaardigheden bij het omgaan met pijn.



Informatie

Voor meer informatie kunt u terecht bij de coördinator van het pijnteam.



Tel. 059 41 42 78

E-mail: nvanhoutte@azdamiaan.be

Az Damiaan vzw

Gouweloestraat 100

8400 Oostende

Tel. +32 (0)59 41 40 40

© Az Damiaan vzw, oktober 2017. Niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming.

Deze brochure bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met uw zorgverlener.

Fax +32 (0)59 41 40 20

info@azdamiaan.be

www.azdamiaan.be