



klimmendaal
revalidatiespecialisten

Chronische pijn



Klimmendaal Volwassenen

Locatie Apeldoorn - Deventer - Zutphen

Chronische Pijn

Langdurige pijnklachten kunnen uw dagelijkse leven flink belemmeren. Het pijnrevalidatieprogramma van Klimmendaal kan dan uitkomst bieden. In deze folder leest u meer over dit programma.

Wat is chronische pijn?

Pijn is een waarschuwingssignaal dat ons beschermt. Pijn zorgt er bijvoorbeeld voor dat u niet blijft doorlopen met een gebroken been. Acute pijn is dus nuttig. Pijn kan echter ook chronisch worden. We spreken van chronische pijn wanneer pijnklachten langer dan zes maanden blijven bestaan. Meestal is de oorzaak van de pijn genezen of stabiel aanwezig. Er is dan geen één op één relatie meer met het oorspronkelijk letsel. De pijn is aanwezig, maar heeft zijn waarschuwingfunctie verloren. De pijn is als het ware een eigen leven gaan leiden en beïnvloedt uw dagelijkse functioneren nadelig. U gaat bijvoorbeeld bepaalde bewegingen vermijden omdat de pijn als acute pijn blijft aanvoelen. Of u bijt zich juist door de pijn heen wat bij heftige pijn moeilijk of niet vol te houden is.

Voor wie is pijnrevalidatie geschikt?

Wanneer langdurige pijnklachten een ernstige belemmering vormen bij de dagelijkse activiteiten, kan het volgen van een pijnrevalidatieprogramma bij Klimmendaal uitkomst bieden. Pijnrevalidatie is geschikt voor mensen met

chronische pijnklachten, waarvoor verschillende onderzoeken en behandeling niet hebben geleid tot verbetering. U kunt hierbij denken aan lage rugklachten, fibromyalgie, whiplash en andere vormen van chronische pijn van het houding- en bewegingsapparaat.

Pijnrevalidatie bij Klimmendaal

Het pijnrevalidatieprogramma van Klimmendaal heeft als doel u beter te leren functioneren ondanks de pijnklachten. Het programma is niet gericht op rechtstreekse bestrijding van de pijn. Het helpt u om zelf grip te krijgen op het probleem. U pakt bijvoorbeeld opnieuw en op een andere manier diverse activiteiten op, zodat u weer optimaal kunt deelnemen aan de maatschappij.

Diverse vaardigheden

Tijdens de behandeling leert u diverse vaardigheden. Er wordt aandacht besteed aan ontspanning en beweging, maar ook praktische vaardigheden en psychosociale begeleiding komen aan de orde. U kunt uw belastbaarheid opbouwen, u leert hoe u kunt zorgen voor balans tussen inspanning en ontspanning, hoe u bepaalde dagelijkse activiteiten

het beste uit kunt voeren en hoe u communiceert met uw omgeving over uw klachten. Op die manier wordt uw pijnprobleem voor u beheersbaar en krijgt u meer grip op uw functioneren.

Behandelteam

Vanwege de complexiteit van chronische pijn worden de gevolgen vanuit verschillende invalshoeken onderzocht en behandeld. Het pijnrevalidatieteam bestaat daarom uit diverse behandelaars: een revalidatiearts, psycholoog, fysiotherapeut, psychomotore therapeut, ergotherapeut, arbeidsconsulent en een maatschappelijk werker. Zij werken intensief met elkaar samen en stemmen de behandeling op elkaar af. Samen met het team stelt u vast van tevoren aan welke doelen u wilt werken.

Het revalidatieprogramma

Het revalidatieprogramma bestaat uit een observatieperiode en een behandelperiode.

Observatieperiode

Tijdens de observatieperiode is het doel dat zowel u als wij inzicht krijgen in welke factoren een rol spelen bij het in stand houden van de gevolgen van de pijnklachten en wat u wilt bereiken. U wordt door elke discipline van het behandelteam gezien. Aan het einde van de observatieperiode bespreekt u met de arts welke behandelmogelijkheden er zijn.

Behandelperiode

In de behandelperiode werkt u met verschillende disciplines aan het bereiken van de door u opgestelde doelen. U leert hoe u de voor u belangrijke activiteiten zo gemakkelijk mogelijk kunt uitvoeren en opbouwen en hoe u deze kunt inpassen in uw dagelijkse leven.

Duur van het programma

De observatieperiode duurt vier weken. De eventuele behandeling start, nadat u met de revalidatiearts gesproken heeft, twee weken na de observatie en duurt maximaal twaalf weken. Na de afronding van uw behandeling komt u nog voor nacontrole bij de revalidatiearts.

Aanmelden

De huisarts of specialist in het ziekenhuis kan u verwijzen naar het spreekuur van de revalidatiearts. Deze stelt vast of er een indicatie is voor het pijnrevalidatieprogramma van Klimmendaal en meldt u vervolgens hiervoor aan.

Verzekerde zorg bij Klimmendaal

Klimmendaal heeft een contract met alle zorgverzekeraars in Nederland. Revalidatiebehandeling zit in het basispakket. U bent er dus van verzekerd dat uw zorg bij Klimmendaal wordt vergoed.



Locaties Klimmendaal Volwassenen:

| | |
|---|-----------------|
| Apeldoorn , locatie Arnhemseweg | (055) 538 27 00 |
| Arnhem , locatie Heijenoordseweg | (026) 352 61 00 |
| Arnhem , locatie Ziekenhuis Rijnstate | (088) 005 73 27 |
| Deventer , locatie Deventer Ziekenhuis | (0570) 53 65 30 |
| Doetinchem , locatie Slingeland Ziekenhuis | (0314) 32 93 84 |
| Ede , locatie Ziekenhuis Gelderse Vallei | (0318) 43 38 00 |
| Zutphen , locatie Behandelcentrum Sutfene | (0575) 59 43 50 |

De revalidatiespecialisten van Klimmendaal bieden medisch specialistische revalidatie op diverse locaties in Oost-Nederland. Bij ons revalideren kinderen, jongeren en volwassenen met een fysieke of cognitieve beperking. Wij begeleiden hen naar een zo zelfstandig mogelijke plek in de maatschappij op een wijze die bij hen past.

Waar kunt u terecht voor meer informatie?

Op www.klimmendaal.nl vindt u alle informatie over ons revalidatiecentrum en de behandel mogelijkheden die wij bieden.

www.klimmendaal.nl



klimmendaal

revalidatiespecialisten

Klimmendaal Volwassenen

Arnhemseweg 11

Postbus 812

7301 BB Apeldoorn

T (055) 538 27 00

F (055) 538 27 04