

**Multidisciplinair centrum voor
behandeling van chronische pijn**
Informatiebrochure



Inhoudstafel

1	MULTIDISCIPLINAIR PIJNCENTRUM	4
2	DOELGROEP.....	4
3	BEHANDELPROGRAMMA.....	4
	3.1 Educatieve sessies	4
	3.2 Individuele opvolging	5
	3.3 Bewegingssessies.....	5
4	HET TEAM	6
5	EEN AFSPRAAK MAKEN	6
6	MEEBRENGEN OP INTAKEGESPREK.....	6
7	KOSTPRIJS	7
8	CONTACTGEGEVENS	7
9	NOTITIES.....	7

1 Multidisciplinair pijncentrum

Het Multidisciplinair pijncentrum (MPC) van AZ Alma is een **door de overheid erkend referentiecentrum** waar we mensen met chronische pijn behandelen.

2 Doelgroep

Het Multidisciplinair pijncentrum richt zich op patiënten met **chronische pijn die langer dan drie maanden duurt** en een **grote impact heeft op het dagelijks leven**.

Chronische pijn kan het leven van een patiënt volledig ontwrichten. Het omgaan met fysieke beperkingen, het verlies van sociale contacten, (tijdelijke) arbeidsongeschiktheid, financiële problemen en zorgen over de toekomst vormen aanzienlijke obstakels.

Komen niet in aanmerking:

- » Patiënten met pijnklachten die plotseling optreden en meestal van korte duur zijn (acute pijnklachten).
- » Patiënten met een ernstige psychiatrische problematiek waarvoor langdurige begeleiding of een opname noodzakelijk is.
- » Patiënten die op zoek zijn naar een medische verklaring van hun pijnproblematiek. Het MPC werkt louter op paramedisch vlak.
- » Patiënten jonger dan 18 jaar.

Een basiskennis van de Nederlandse taal is noodzakelijk om de educatieve sessies goed te kunnen volgen en begrijpen. Dit is belangrijk om het maximale uit het behandelprogramma te halen.

3 Behandelprogramma

3.1 Educatieve sessies

Elk traject start met een basismodule omtrent **pijn**. Volgende zaken komen hierbij aan bod: Hoe gebeurt de pijnverwerking binnen een lichaam? Hoe kan iemand omgaan met pijnklachten? Welke factoren hebben een invloed op pijnklachten? Wat is de invloed van stress en ontspanning op het lichaam en de pijn?

Aansluitend op de sessies rond pijn komen de onderwerpen **ademhaling** en **relaxatie** aan bod. Hierbij wordt aandacht besteed aan de verschillende ademhalingsvormen en de link met je zenuwstelsel om zo zichzelf terug in balans te brengen.

De ergotherapeut kan met de patiënt werken rond **energiemanagement** en **slaaphygiëne**. 'Leren doseren, grenzen leren stellen, streven naar een correcte dagstructuur en -invulling, activiteiten opbouwen, aanleren van een correct slaappatroon', etc.

3.2 Individuele opvolging

Na het volgen van de educatiesessies, is het mogelijk dat een patiënt een individuele behandeling volgt bij één of meerdere medewerkers van het MPC. De frequentie van deze individuele behandelingen wordt steeds met de patiënt besproken.

De **psycholoog** kan met de patiënt werken rond bijvoorbeeld het beter omgaan met pijnklachten, het veranderen van de betekenis die pijn heeft in het leven, het leren aanvaarden van chronische pijnklachten, het aanleren van copingmechanismen of het leren omgaan met piekergedachten.

De **pijnverpleegkundige** kan bijvoorbeeld individuele educatie geven omtrent pijnmedicatie of patiënten opvolgen die in aanmerking komen voor een neurostimulator.

De **sociaal verpleegkundige** biedt ondersteuning op vlak van werken, wonen, financiële tegemoetkomingen en thuiszorg. Voor begeleiding naar werk heeft het MPC een samenwerkingscontract met VDAB/GTB. Via een vaste contactpersoon kan de patiënt efficiënt worden doorverwezen naar de juiste begeleider.

Voor elke patiënt stellen we een behandeltraject op, dit kan zowel in groep doorgaan als individueel.

3.3 Bewegingssessies

Chronische pijn kan soms leiden tot inactiviteit. Pijn bij bewegen geeft soms ook **angst voor bewegen** wat **kan leiden tot inactiviteit** met alle nadelige gevolgen van dien.

Graded Activity is een stapsgewijze training gericht op het verhogen van het activiteitsniveau. In het ziekenhuis wordt dit bereikt door een **persoonlijk bewegingsprogramma** op toestellen, met als uiteindelijk doel om het activiteitsniveau van de patiënt ook thuis geleidelijk te verhogen.

4 Het team

Het Multidisciplinair pijncentrum in AZ Alma bestaat uit een **team van verschillende artsen en therapeuten** (onder andere een pijnverpleegkundige, sociaal verpleegkundige, klinisch psycholoog, ergotherapeut en kinesitherapeut) die elk hun eigen specialisatie hebben.

5 Een afspraak maken

Voordat u een afspraak kan maken, dient u **eerst op raadpleging** te gaan **bij een arts-specialist** verbonden aan het Multidisciplinair pijncentrum.

Indien u wordt **doorverwezen door uw huisarts**, dient u eerst een afspraak te maken bij één van de artsen verbonden aan het MPC. Zij beoordelen of een doorverwijzing naar ons zinvol kan zijn.

Volgende artsen zijn verbonden aan het MPC:

- » Dr. Van Vlaenderen M. (revalidatiearts en medisch coördinator)
- » Dr. Fieuws A. (pijnspecialist)
- » Dr. Leliaert A. (pijnspecialist)
- » Dr. Moyaert P. (pijnspecialist)
- » Dr. Prud'homme P. (pijnspecialist)

Bij doorverwijzing wordt u uitgenodigd voor een **intakegesprek** bij de sociaal verpleegkundige, de psycholoog en de ergo- of kinesitherapeut. Elk lid zal vanuit zijn of haar specialisme trachten na te gaan welke factoren mogelijks een invloed hebben op uw pijn.

6 Meebrengen op intakegesprek

Gelieve volgende zaken mee te brengen naar het intakegesprek.

- » De ingevulde vragenlijsten die u werden toegestuurd.
- » De ingevulde medicatielijst.
- » Uw ID-kaart.
- » Relevante medische verslaggeving.

7 Kostprijs

Het intakegesprek, de individuele begeleidingen en het educatieve gedeelte is kosteloos. Voor de bewegingssessies wordt een bedrag in rekening gebracht.

8 Contactgegevens

Het **secretariaat** van het **Multidisciplinair pijncentrum** is telefonisch bereikbaar op het nummer **09 310 05 50**.

9 Notities

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

