

Revalidatietraject bij chronische pijn

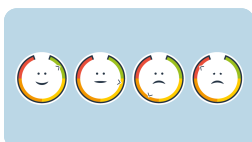


Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

Voor wie?



Voor wie is het revalidatietraject bij chronische pijnklachten?

- U bent 18 jaar of ouder
- U beheerst de Nederlandse taal goed genoeg om alle uitleg te begrijpen
- U heeft al therapie in de 1e lijn gevolgd, zoals fysiotherapie, manuele therapie, osteopathie, ergotherapie en/of psychologie.

Het is belangrijk dat uw doel is het leren omgaan met de huidige pijnklachten, het uitbreiden van activiteiten die voor u belangrijk zijn en/of inzicht krijgen/begrijpen van de huidige pijnklachten.

De revalidatie richt zich **NIET** op het verminderen en/of oplossen van de pijnklachten.

Voorbereiding



Telefonische afspraak

Voor de 1e telefonische afspraak met de revalidatie arts ondersteuner is het belangrijk dat u alle informatie goed doorneemt en het filmpje bekijkt. Zo bent u goed voorbereid op uw telefonische intake.

Verloop traject



Verloop revalidatie traject

Voldoet u aan alle genoemde criteria? Bespreek dan uw hulpvraag en doelen ten aanzien van de revalidatie tijdens de telefonische intake. U krijgt informatie over de intake bij de revalidatie arts, de vervolg onderzoeken door het multidisciplinaire revalidatieteam en het daaruit volgend behandeladvies.

Behandeling kan bestaan uit een revalidatieprogramma, maar er kan ook een behandeladvies buiten de revalidatie geadviseerd worden.

Het volgen van het revalidatietraject is een zeer intensief programma. Dit duurt ongeveer 3 tot 4 maanden. U gaat aan de slag met verschillende disciplines, zoals de fysiotherapeut, ergotherapeut, medisch maatschappelijk werk en psycholoog.

U moet gemiddeld 3 dagdelen per week beschikbaar zijn.

Het volgen van een revalidatieprogramma kan zowel op locatie Roosendaal als ook in Bergen op Zoom.

Chronische pijn



Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

Uitgesproken tekst van de video

Pijn is te vergelijken met een alarmsysteem.

Het alarmsysteem waarschuwt bij een beschadiging...
ontsteking...
en andere afwijkingen in ons lichaam.
Pijn zorgt ervoor dat we onze hand terugtrekken als we ons branden.
Pijn is een signaal van de hersenen dat er iets in het lichaam aan de hand is.
De pijn zorgt ervoor dat we rust nemen om te herstellen.
Tijdens dit herstel verdwijnt de pijn.
Daarnaast heeft pijn een geheugen functie.
Het voorkomt dat we in dezelfde situatie terechtkomen.
Soms blijft de pijn langdurig bestaan...
terwijl de lichamelijke beschadiging al geheeld is.
Dit noemen we chronische of langdurige pijn.
Deze pijn kan niet volledig verklaard worden door een beschadiging aan het lichaam.
Chronische pijn is voor te stellen als een overgevoelig alarm...
dat zelfs zonder reden af kan gaan.
De overgevoeligheid van het pijn alarm verschilt per mens...
en hangt af van verschillende factoren.
Naast lichamelijke factoren kunnen ook uw stemming...
uw aandacht voor de pijn...
eerdere ervaringen met pijn een rol spelen.
De lichamelijke belasting en uw leefstijl spelen ook mee.
Al deze factoren bepalen hoe mensen omgaan
met pijn en hoe pijn wordt ervaren.
Om al deze factoren te kennen...
is het daarom belangrijk uw pijn vanuit verschillende gezichtspunten te bekijken.
Dit maakt uw behandeling van pijn het meest succesvol.
Uw pijn wordt behandeld door een team van experts...
zoals bijvoorbeeld een arts, een psycholoog en een fysiotherapeut.
En is voor iedereen verschillend.
Het is belangrijk dat u zelf een actieve rol neemt.
Eet gezond, beweeg voldoende en creëer een goede balans...
tussen activiteiten, ontspanning en rust.

Contact

Heeft u een uitnodiging voor BeterDichtbij en heeft uw vraag geen spoed? Stel dan uw vraag via BeterDichtbij. Wij zullen uiterlijk binnen 3 werkdagen op uw bericht reageren.

Heeft uw vraag spoed of heeft u nog geen uitnodiging ontvangen voor BeterDichtbij? Neem dan contact met ons op.

Revalidatie afdeling planning 088 70 68 493. Kijk voor de actuele openingstijden [Revalidatie - Bravis | Bravis](https://www.bravis.nl/afdelingen/revalidatie) (<https://www.bravis.nl/afdelingen/revalidatie>).