

# Begeleiden en ondersteunen van cliënten met een chronisch pijnsyndroom

Adelante is hét expertisecentrum voor pijnrevalidatie van cliënten in Limburg en verder. Goede diagnostiek en – waar nodig – screening zorgen ervoor dat we onze cliënten de juiste behandeling voorstellen. We kiezen daarbij voor een gedragsgeoriënteerde aanpak door een gespecialiseerd team. Onze werkwijze is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en best practices.

## Incidentie en prevalentie

### Prevalentie

In Nederland zijn 2 miljoen mensen met chronische pijn.

### Beschrijving van de doelgroep

Pijnrevalidatie is revalidatiezorg met een bio-psychosociale insteek, toegespitst op cliënten die beperkt zijn in hun functioneren door chronische pijn aan het bewegingsapparaat. De zorg richt zich op het verbeteren van hun niveau van functioneren, de mate van participatie in de samenleving en hun kwaliteit van leven.

Iedere cliënt met chronische pijn krijgt de ondersteuning die in zijn situatie nodig is om bovenstaande doelstellingen te bereiken. Optimale revalidatiezorg voor chronische pijn biedt namelijk de juiste zorg op de juiste plaats. De zorg moet zijn afgestemd op de complexiteit van de pijn van de cliënt.

Cliënten met chronische pijn kunnen worden ingedeeld in vier groepen: zeer hoog-, hoog-, midden- en laagcomplex. Activiteiten voor cliënten met chronische pijn specifiek gericht op terugkeer naar arbeid vallen onder arbeidsrevalidatie. De doelstelling van Adelante is in de eerste plaats zelf zorg bieden aan cliënten met een midden- tot zeer hoogcomplex profiel. Daarbij gaat het om klinische en poliklinische activiteiten voor jongeren en volwassenen met chronische pijn. Ten tweede bieden we, samen met partners in de eerste- of anderhalvelijnszorg, revalidatiezorg aan cliënten met een laag- tot middencomplex profiel buiten de medisch-specialistische revalidatie. Verder bieden we consultantschap en scholing aan partners in de zorgketen over dit onderwerp.

## Aantal cliënten per jaar (2018)

Unieke cliënten: 1.122

Diagnose-behandelcombinaties (DBC's)

Consulten	1.178
Beperkt poliklinisch	264
Poliklinisch/dagbehandeling	978
Klinische diagnose-behandelcombinaties (DBC's)	66

Nieuwe DBC's: 1.064

Vervolg-DBC's: 1.422

## Speerpunten voor de komende vijf jaar

- Harmoniseren van revalidatie bij chronische pijn binnen Adelante
- Transmuraal netwerk pijnrevalidatie Limburg uitbreiden
- Zorgprogramma's voor nieuwe doelgroepen ontwikkelen
- E-health integreren in de behandelingen
- Interspecialistische revalidatie in samenspraak met psychiatrie

## Innovatie en/of onderzoek

- Chronische pijn bij dwarslaesiepatiënten
- Reuma en pijn
- Pijn en kanker
- Anderhalvelijnszorg
- Dunnevezelneuropathie (spierziekte)

## E-health



- Geïntegreerde klinimetrie
- Educatie
- Monitoren en coachen
- Telerevalidatie
- Beeldcontact via Zoom

## Marktaandeel en kernverzorgingsgebied

Het pijncentrum van Adelante heeft veel expertise en ondersteunt samen met de andere drie centra voor pijnexpertise cliënten met complexe pijn uit een groot deel van Nederland. Het kernverzorgingsgebied voor cliënten die medisch-specialistische pijnrevalidatie nodig hebben, is de provincie Limburg.

## Belangrijkste verwijzers

- Academische ziekenhuizen
- Algemene ziekenhuizen
- Huisartsen

## Publicaties

Zie [bijlage](#).

## Behandelprogramma's en zorgpaden

Graded Activity is een gestructureerde revalidatiegeneeskundige behandeling, gericht op een stapsgewijze toename van het functioneren van de cliënt bij het ondernemen van activiteiten en het participeren in de samenleving. Het is onderdeel van een 'gedragsgeoriënteerde' aanpak. Kenmerkend is dat de cliënt aan de hand van vooraf gestelde doelen leert om ondanks de pijn fysieke activiteiten op te bouwen. Het programma is geschikt voor cliënten met een laag of sterk wisselend niveau van functioneren als gevolg van chronische pijn. Het programma is gefaseerd in tijd; na het vaststellen van een basislijn volgt een behandelingsfase, een generalisatiefase en terugvalpreventie.

Graded Exposure is met name geschikt bij chronische pijn in het houdings- en bewegingsapparaat, waarbij aan pijn gerelateerde angst een belangrijke rol speelt in het ontstaan en onderhouden van het chronische pijnprobleem. De doelstelling van deze behandeling is dat een cliënt - ondanks de pijn - weer op een normale manier gaat bewegen en dagelijkse activiteiten gaat uitvoeren. Dit doel wordt bereikt door de cliënt bloot te stellen (exposure) aan activiteiten en/of bewegingen (in vivo) waarover de cliënt negatieve verwachtingen heeft. Door deze exposure daalt de angst voor de activiteit(en). Dit neemt een belangrijke barrière voor beter functioneren weg.

ACT (Acceptance and Commitment Therapy) is met name geschikt voor cliënten bij wie de natuurlijke reactie om te vechten tegen de pijn zodanig negatief uitpakt dat het grote invloed heeft op het algehele functioneren. ACT is vooral gericht op het vergroten van de psychische flexibiliteit. Het doel van ACT is het kunnen realiseren van 'waarden': zelfgekozen richtingen waarin iemand wil dat zijn leven gaat. Een kernpunt bij ACT is dat de waarden vorm krijgen in toegewijde acties.

## Transparantie

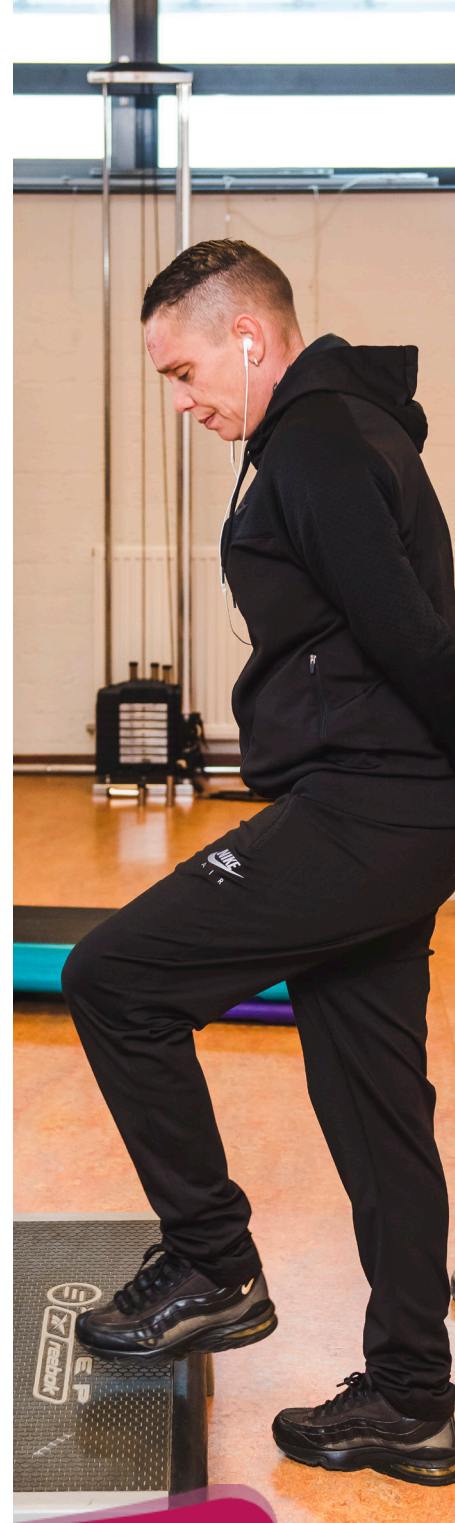
We meten onze prestaties op het gebied van cliënttevredenheid en gebruiken onder meer klinimetrie (pijndossier), USER (Utrechtse Schaal voor Evaluatie van Klinische Revalidatie) en wachtlijstgegevens.

## Overige

Alle centra voor pijnexpertise (Rotterdam, Groningen, Maastricht/Hoensbroek en Enschede) werken samen om hun topreferente (zeer specialistische) functie te profileren.

## Onderwijs en opleiding

- Een actieve bijdrage van Adelante op het gebied van pijnrevalidatie aan het curriculum in de opleidingen geneeskunde, geestelijke gezondheidskunde, bewegingswetenschappen en fysiotherapie
- Scholing van huisartsen, praktijkondersteuners geestelijke gezondheidszorg, oefentherapeuten, revalidatieartsen, basispsychologen en fysiotherapeuten in het kader van het netwerk pijnrevalidatie Limburg



“WETENSCHAPPELIJK AANGETOONDE  
MEERWAARDE VOOR DE MEEST COMPLEXE  
HULPVRAGEN.”



Programmaleider  
**Erik de Klerk**

Secretariaat Divisie  
Revalidatie Volwassenen

E: [secrvolrev@adelante-zorggroep.nl](mailto:secrvolrev@adelante-zorggroep.nl)  
T: 045-528 2202

Deze factsheet laat zien hoe we bij de behandeling en ondersteuning van mensen met een chronisch pijnsyndroom de komende jaren uitvoering gaan geven aan de meerjarenkoers van Adelante. Benieuwd naar de meerjarenkoers? Bekijk het document [hier](#).