# Multidisciplinair onderzoek (MAO) en behandeling van pijn

azdelta
Uw ziekenhuis.

Beste patiënt

In het multidisciplinair pijncentrum van AZ Delta wordt er gewerkt in een team met verschillende disciplines, bestaande uit pijnartsen/anesthesisten, een arts fysische geneeskunde en revalidatie, maatschappelijk werker, kinesitherapeut, ergotherapeut, verpleegkundigen en psychologen. Samen wordt ernaar gestreefd om een zo breed mogelijk beeld te verkrijgen van de patiënt en zijn/haar klachtenpatroon binnen een ruime context om zo tot een individueel behandelplan te komen.

De artsen en het team van het pijncentrum

# 1 Multidisciplinair Algologisch Onderzoek (MAO-traject)

In het MAO-traject worden pijnklachten niet als een geïsoleerd gegeven benaderd. We vertrekken vanuit een biopsychosociaal model dat vooropstelt dat pijn een wisselwerking is van verschillende elementen, namelijk lichamelijke, psychische en sociale factoren.
Uit onderzoek en vanuit de praktijk blijkt namelijk dat er bij patiënten met (chronische) pijnklachten een belangrijke invloed kan zijn op de verschillende levensdomeinen (o.a. gemoedstoestand, werksituatie, partnerrelatie, sociale contacten, vrijetijdsbesteding...). Omgekeerd kunnen ook gebeurtenissen in het leven een belangrijke impact hebben op uw lichaam en meer bepaald op de pijn(beleving).
De pijnarts en de verschillende teamleden bekijken uw situatie door middel van onderzoek en gesprek. Daarna volgt een teambespreking, waarbij een individueel behandelplan wordt opgesteld. Dit kan variëren van interventionele pijnbehandelingen, medicatie, rugschool, obesitaskliniek, relaxatietherapie, educatieve groepslessen, psychologische begeleiding of eventueel verdere doorverwijzing naar een gespecialiseerd arts.

# 2 Multidisciplinair team

### Maatschappelijk werker

De maatschappelijk werker maakt de patiënt wegwijs in de maatschappij. Aan de hand van een gesprek wordt de familiale context, woonsituatie, thuiszorg, opleiding/werksituatie, financiële situatie en vrije tijd in kaart gebracht. Er wordt - indien nodig - informatie en advies gegeven op sociaal, financieel en administratief vlak en/of hulp ingeschakeld in de thuissituatie.

## Psycholoog

De psycholoog gaat op zoek naar factoren die de pijn uitlokken, in stand houden en/of versterken. Hierbij denken we bijvoorbeeld aan een voorgeschiedenis van psychische klachten (angst, depressie...), traumatische gebeurtenissen, stressfactoren, verlieservaringen (werk, identiteit, fysieke mogelijkheden...), onaangepaste manieren in het omgaan met pijn, gebrek aan steunfiguren, enz.
Bij psychologische begeleiding staat het verhaal van de patiënt met zijn/haar unieke pijnbeleving centraal. Er wordt getracht de levenskwaliteit van de patiënt te verbeteren door de impact van de pijn op de verschillende levensdomeinen te verkleinen, psychosociale stressfactoren te verminderen en samen op zoek te gaan naar een meer aangepaste manier om ermee om te gaan.

## Kinesist

De kinesist staat onder meer in voor het onderkennen, stimuleren en waar mogelijk verbeteren van de fysieke activiteiten via gesprek en lichamelijk onderzoek. Vooral bij patiënten met een pijnprobleem door spier- en skeletaandoeningen is het erg belangrijk om beweging te bevorderen. Hierbij is het trainen van kracht, flexibiliteit en coördinatie belangrijk, o.a. door reconditionering en oefeningen om de lichaamsstabiliteit te verbeteren.
De nadruk ligt ook op geïntegreerd bewegen en het aanleren van emotioneel-motorische spanningsregeling. Bij dit laatste kan het toepassen van de aangeleerde relaxatietechnieken van doorslaggevend belang zijn.

Na een eerste contact kan er een vervolgtraject worden opgestart, waarbij activiteitenmanagement, stressmanagement en elektrische zenuwstimulatie kan worden aangeboden. Patiënten krijgen hierdoor meer zelfcontrole over hun leven en hun klachten.

### Ergotherapeut

De ergotherapeut richt zich op het weer mogelijk maken van dagelijkse handelingen met een zo hoog mogelijke zelfredzaamheid. De ergotherapeut behandelt, begeleidt en adviseert personen met een beperking in de uitvoering van dagelijkse activiteiten, om de levenskwaliteit te bevorderen. In een kennismakingsgesprek worden de problemen besproken die zich voordoen bij de dagelijkse activiteiten. De ergotherapeut gaat na in welke mate de pijnklachten het activiteitenniveau van de patiënt beïnvloeden. De focus ligt daarbij op sociale omgeving, zelfredzaamheid, productiviteit, vrije tijd, mobiliteit en woonomgeving. Er wordt indien nodig informatie en advies aangeboden over (loop) hulpmiddelen, woonaanpassingen, ergonomisch handelen in het dagelijks leven en activiteitenmanagement.

## 3 Vervolgtraject

### Cognitief Instructief Revalidatieprogramma (CIRP)

Het CIRP bestaat uit zes informatieve groepslessen, waarbij (het omgaan met) pijn centraal staat met als doel de levenskwaliteit te verhogen. Verschillende disciplines worden daarbij betrokken:

- De verpleegkundige geeft informatie over de werking van het pijncentrum, medicatiegebruik en behandelingsmogelijkheden.
- De ergotherapeut geeft informatie over ergonomie, hulpmiddelen en relaxatie.
- De kinesist geeft uitleg over rol van de kinesist, pijn en beweging en voeding.
- De psycholoog informeert over het biopsychosociaal model, de impact van stress, technieken om met pijn om te gaan en de rol van de psycholoog bij pijn.
- De maatschappelijk werker licht u in over financiële tegemoetkomingen, sociale voordelen, sociale kaart en zelfhulpgroepen.

## Reactivatieprogramma

Binnen het MAO-traject kan een fysiek trainingsprogramma gevolgd worden, toegespitst op chronische pijnpatiënten. Dit wordt over een periode van vier weken georganiseerd. U oefent steeds met dezelfde groep mensen twee keer per week op een vast tijdstip. Het fysiek trainingsprogramma is gericht op (opnieuw) leren bewegen. Het is de bedoeling om, ondanks de pijn, stapsgewijs terug fysieke activiteiten op te bouwen. Er worden vooraf realistische doelstellingen op maat afgesproken zodat een gezond beweegpatroon een gewoonte kan worden. Via de revalidatie wordt er geprobeerd om de levenskwaliteit op verschillende gebieden te verhogen (o.a. zelfzorg, gezin, huishouden, werk, vrije tijd...) zodat u ook met pijn een waardevol leven kan leiden. Met dit revalidatieprogramma willen we de vicieuze cirkel doorbreken waarbij pijn zorgt voor een toegenomen angst om te bewegen met verdere verslechtering van uw situatie tot gevolg. Persoonlijke motivatie bepaalt in grote mate het succes van de aanpak en behandeling.

## Relaxatietherapie

Bij het ervaren van stress nemen de pijnklachten vaak toe. Relaxatietherapie beoogt de hartslag te vertragen, de bloeddruk te verlagen en de spierspanning te verminderen. Bovendien vermindert het frustratiegevoelens en verbetert het concentratievermogen en de bewustwording. Aan de hand van vier sessies worden er relaxatietechnieken aangeleerd.

## Psychosessies

Na het doorlopen van het CIRP kan ervoor worden gekozen om deel te nemen aan psychosessies bij één van de psychologen. Hierbij staat het verhaal van de patiënt centraal. De sessies zijn opgebouwd rond diverse thema's, waarbij gewerkt wordt rond de invloed van gedachten, gevoelens, gedrag, assertieve communicatie, sociale context, enz.

## 4 Kostprijs

Voor het CIRP, de relaxatiesessies en de psychosessies worden er geen kosten in rekening gebracht.
Voor de acht revalidatiesessies wordt telkens een revalidatieprestatie aangerekend met remgeld. De kostprijs is afhankelijk van uw statuut bij het ziekenfonds en uw ziektebeeld. U ontvangt hiervan een factuur op uw thuisadres.

## 5 Praktisch

Bij inschrijving worden de data en de locatie van de verschillende lessen meegedeeld. We vragen u om zo tijdig mogelijk te verwittigen als u door onvoorziene omstandigheden toch niet zou kunnen komen. Voor de oefensessies is gemakkelijke en sportieve kledij aanbevolen.

# Contact

**Multidisciplinair pijncentrum**
**CAMPUS BRUGSESTEENWEG**
Brugsesteenweg 90 8800 Roeselare

**CAMPUS MENEN**
Oude Leielaan 6 8930 Menen

**CAMPUS TORHOUT**
Sint-Rembertlaan 21 8820 Torhout

**t** 051 23 80 78 / 050 23 25 19
**e** secr.pijncentrum@azdelta.be

www.azdelta.be
www.pijncentrumroeselare.be
www.pijncentrumtorhout.be
www.pijncentrummenen.be

*Info: multidisciplinair pijncentrum*

# Artsen

**Pijnartsen / Anesthesisten**
Dr. Evie Barbe
Dr. Bart Billet
Dr. Olivier De Coster
Dr. Lien De Gendt
Dr. Ruben De Vos
Dr. Karel Hanssens
Dr. Werner Nagels (diensthoofd)

**Fysische Geneeskunde – Revalidatie**
Dr. Ann-Sophie Vanden Bulcke.

Het pijncentrum is lid van de Spine Unit van AZ Delta

**AZ Delta** Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 5808-NL **Deze brochure is laatst aangepast op 10/03/2021**