

INFORMATIESESSIE

Multidisciplinair Pijncentrum



Wat?

- MPC - traject = behandelwijze van de pijnkliniek
- Ideale pijnrevalidatieprogramma bij aanhoudende pijn



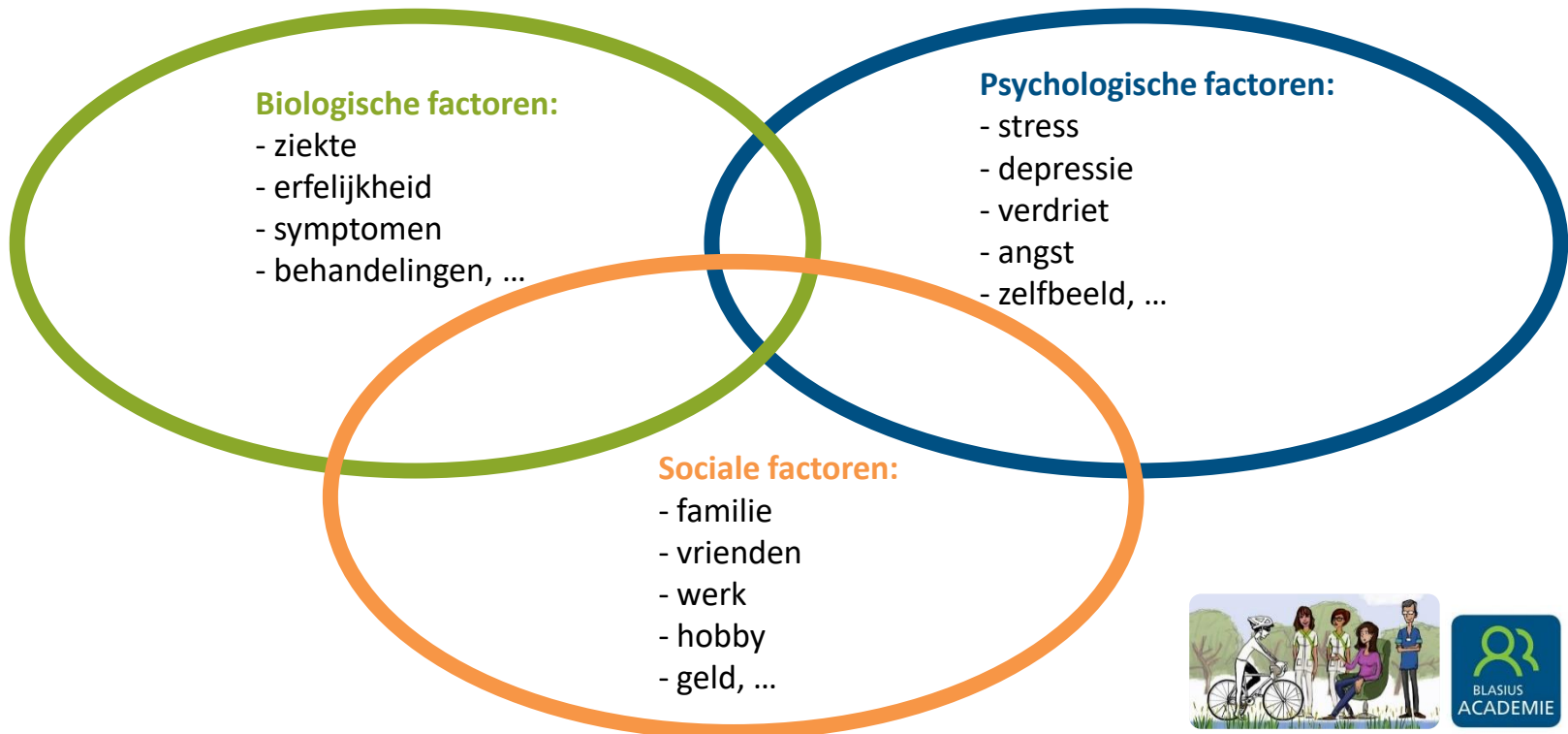
Wat?

- Het MPC wijst jou de weg naar:
 - Aangepast activiteitsniveau
 - Optimale dagindeling
 - Verbeterde lichamelijke conditie
 - Herkennen van spanning in het lichaam
 - (Her)vinden van plezier van bewegen
 - (Her)vinden van vrijetijdsbesteding
 - Leren omgaan met eigen lichamelijke grenzen en pijnklachten
 - Anders leren denken over pijn en negatieve emoties verminderen
 - Verbeteren van de medicamenteuze behandeling (aanpassing of vermindering)
 - Sociale problemen in kaart brengen en gezamenlijk naar oplossingen zoeken



Hoe?

- Behandeling volgens het **bio psychosociaal model**.
 - Pijn en beleving van pijn worden beïnvloed door verschillende factoren.
 - **Fysiek**: wat is de oorzaak van pijn?
 - **Psychisch**: hoe ga ik om met pijn?
 - **Sociaal**: welke invloed heeft pijn op het leven?
 - Het ene beïnvloedt het ander. De factoren kunnen onderling versterken.



Slaagkans?

- Om dit programma alle slaagkansen te geven = aanwezigheid op alle sessies belangrijk. Zo kunnen lichaam en geest hand in hand gaan met elkaar.
- Wij vragen:
 - Aanwezigheid op elke sessie
 - Engagement om thuis tijd te maken voor oefeningen
 - Graag een seintje indien je wegens ziekte niet aanwezig kan zijn
- Wij geven:
 - Behandeling gebaseerd op de recentste wetenschappelijke inzichten vanuit een passie voor zorg en mens.



Uit welke stappen bestaat het traject?

- Stap 1: intake bij de pijnpsycholoog
- Stap 2: zelfmanagementsessie
- Stap 3: intake bij de pijnverpleegkundige
- Stap 4: intake bij de sociaal verpleegkundige
- Stap 5: multidisciplinair overleg

**Vorbereiding
van het traject**

-
- Stap 6: adviesgesprek met pijnpsycholoog
 - Stap 7: intakegesprek bij de dienst fysiotherapie
 - Stap 8: behandelfase
 - Stap 9: afrondingsfase

**beslissing instap in het
traject**

Traject



Intakegesprekken

- Doel?
 - Peilen naar de huidige situatie en de mogelijke gevolgen van jouw pijn.
 - Peilen naar andere zorgen waarmee je mogelijks geconfronteerd wordt.
- Meerdere gesprekken kunnen wenselijk zijn.
- Hoe?

Je kan de drie intakegesprekken inplannen via een online planningstool (Cally).

Je ontvang na afloop van deze sessie een e-mail met maar informatie om deze gesprekken in te plannen.



Planningstool (Cally)

Pronestor - Facilities (Licensed to x) | Screening bij de pijnpsychologe x | Screening bij de pijnpsychologe x | +

https://cally.com/afspraak/inschrijven/pjxcwucxhwmncvt

Let op! Je hebt je al op deze afspraak ingeschreven. Gebruik je persoonlijke deelnamelink om de afspraak in te zien en/of je beschikbaarheid te wijzigen.

Wanneer neem je deel?

opties

(UTC+01:00) Brussels, Copenhagen, Madrid, Paris

OK

3 simpele stappen

1. Klik op "OK"
2. Activeer uw account
3. Krijg toegang

Games - Audiobooks - Muziek - Films
Vind het op all-in-1-digitaalcontent

Je kunt maximaal 1 mogelijkheid kiezen

di 29 november, 14:00 ☒

Alessandra
0/1 inschrijving

ma 5 december, 11:00 ☒

Ewa
0/1 inschrijving

di 6 december, 15:00 ☒

Ewa
0/1 inschrijving

vorige volgende

OK

3 simpele stappen

1. Klik op "OK"
2. Activeer uw account
3. Krijg toegang

Games - Audiobooks - Muziek - Films
Vind het op all-in-1-digitaalcontent



Stap 1: intake bij de pijnpsycholoog

- Praktisch:
 - = betalend gesprek (€ 49,26 voor het gesprek en € 16,59 voor de verwerking van de vragenlijsten)
 - Factuur via e-mail
 - Voor de aanvang van jouw gesprek, dien je je in te schrijven aan het onthaal/via de kiosk
 - Jouw identiteitskaart in de kiosk invoeren en vervolgens de instructies op het aanraakscherm volgen. Via het aanraakscherm kan je een aantal vragen beantwoorden.
- Jouw pijnpsychologe:



Ewa Pieters

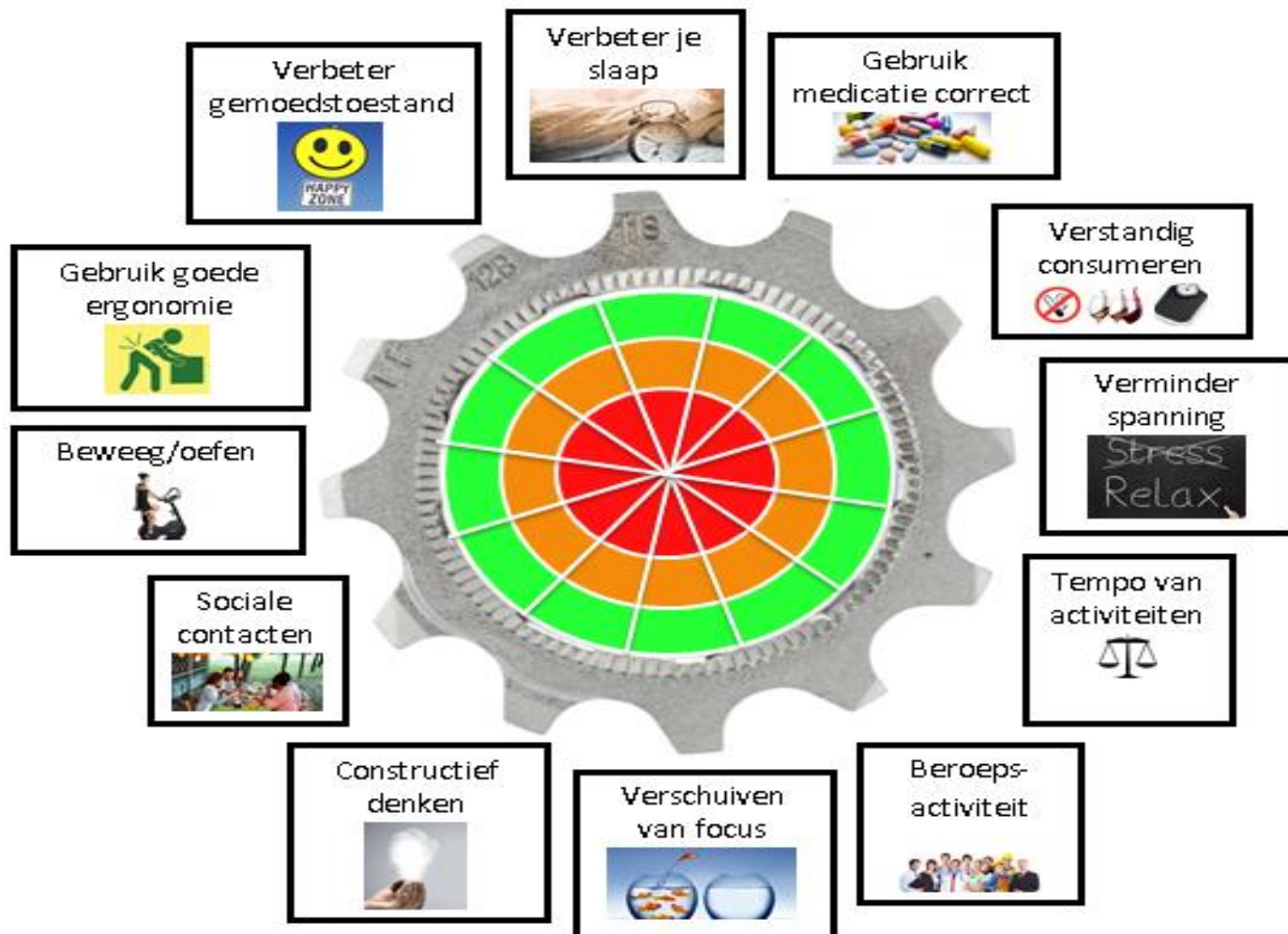
of



Yasemin Yikrik



Stap 2: zelfmanagementessie



Stap 2: zelfmanagementssessie

- Wat?
 - Persoonlijke doelen vastleggen zoals bewegen, relaxeren, gezond eten, ...
 - Je neemt tips mee uit deze sessie. Hiermee ga je in het dagelijks leven aan de slag.
- Doel?
 - Het stuur in eigen handen nemen en jouw eigen koers bepalen zodat je – ondanks jouw chronische aandoening – je beter voelt, kan (blijven) werken of genieten van de leuke dingen in het leven.
- Praktisch?
 - Deze sessie wordt online gegeven.
- Wanneer? om 14uur
9 maart, 11april, 9 mei, 6 juni, 11juli, 10aug., 12 sept., 10 okt., 9 nov., 12 dec. (slechts éénmalig te volgen)



Stap 3: intake bij de pijnverpleegkundige

- Praktisch:
 - Niet-betalend.
 - Via aanmelding aan kiosk wordt de wachtzaal bekend .
 - Jouw pijnverpleegkundige:



Ann Van den Berghe

of



Kristien Van Herewegen

Stap 4: intake bij de sociaal verpleegkundige

- Doel?
 - Een beeld schetsen van de huidige situatie.
- Praktisch?
 - Niet-betalend.
 - Via aanmelding aan kiosk wordt de wachtzaal bekend .
- Jouw sociaal verpleegkundige: Isabel Leeman



Stap 5: multidisciplinair overleg

- De info uit de intakegesprekken worden met het team besproken:
 - Telkens de 4^e maandag van de maand.
 - Alle betrokken hulpverleners zijn aanwezig.
 - Verzamelde informatie wordt gedeeld.
 - Gezamenlijk behandelplan wordt opgesteld.
- Je hoeft zelf niets te doen.



Stap 6: adviesgesprek bij de pijnpsycholoog

- Tijdens het adviesgesprek krijg je van de pijnpsycholoog te horen wat het gezamenlijk behandelplan is. Dit is een betalende consultatie (€ 49,26)
- Praktisch:
 - Deze afspraak wordt reeds vastgelegd bij het intakegesprek bij de psycholoog.
- Jouw pijnpsychologe:



Ewa Pieters

of



Yasemin Yikrik



Engagement

- Duurtijd van het traject: kan variëren van 6 maanden tot 1 jaar.
- Engagement = heel belangrijk.



Stap 7: intakegesprek op de dienst fysiotherapie

- Je wordt zelf gecontacteerd.
- Niet-betalend.
- Inschrijven aan de kiosk is niet nodig.
- Jouw kinesitherapeut en ergotherapeut:

Sarrie Maes en Ann Van Brabant.



Ergotherapeute
Sarrie Maes



Kinesitherapeute
Ann Van Brabant



Stap 8: behandelfase

Wekelijkse teamvergaderingen

- Via wekelijkse teamvergaderingen volgt jouw pijnarts jou verder op.
 - Indien je terugkeert bij de pijnarts voor een afspraak is dit steeds de doorverwijzende arts. Deze afspraken zijn betalend, maar worden voor een deel terugbetaald door uw ziekteverzekering.



Stap 8: behandelfase

Groepsgesprekken bij de pijnpsycholoog

- Thema's uit het tandwiel:
 - Relaxatie: leren ontspannen van lichaam en geest.
 - Impact van pijn op het sociale leven (partner, kinderen, familie en vrienden).
 - Activiteitenmanagement: het zoeken van balans in activiteiten en rust.
 - Cognitieve therapie: aanpakken van doemdenken (catastroferend denken).
- Praktisch:
 - Niet betalend.
 - Je wordt gecontacteerd per e-mail.
- Jouw pijnpsycholoog: Yasemin en Ewa



Stap 8: behandelfase

Individuele gesprekken bij de pijnpsycholoog

- Steeds na doorverwijzing van de groepspsycholoog.
 - Individueel bepaalde thema's
- Praktisch:
 - Niet betalend.
 - Inschrijven steeds aan de kiosk.
 - Je wordt gecontacteerd per e-mail of telefonisch.
- Jouw pijnpsycholoog: Shelly



Stap 8: behandelfase

Kinesithérapie en ergotherapie

- Kinesithérapie en ergotherapie
 - Deze fase wordt onderverdeeld in een opbouwfase en een actiefase.
- Duurtijd:
 - Programma loopt 6 maanden.
 - Na 9 maanden is een terugkommoment mogelijk. Een 'boost' sessie van 6 weken kan hierop aansluiten.



Stap 8: behandelfase

Samenwerking met VDAB-GTB

- Doorverwijzing naar VDAB – GTB traject:
- Via educatiesessie ‘Voorstelling GTB-traject’:
 - Informatie door bemiddelaar rond werking van het GTB traject
 - Stilstaan rond persoonlijke betekenis van werk, persoonlijke ervaringen, mogelijke stappen naar werkhervatting
 - Vrijblijvende kans tot individueel gesprek
 - Aanwezigheid wordt **verwacht** indien je een afspraak hebt ontvangen.
 - Geen deelname kan in dat geval leiden tot stopzetting van het traject.
- Via directe doorverwijzing naar een GTB bemiddelaar tijdens het intake-, of opvolgesprek



Stap 8: behandelfase

- Een voorbeeld van een week tijdens het programma:

Maandag	Dinsdag	Woensdag	Donderdag	Vrijdag
09u00: pijnverpleegkundige			09u00: revalidatie	
10u: groepssessie psycholoog			10u30: sociaal verpleegkundige	



Stap 8: behandelfase

- Campus az Sint-Blasius **Dendermonde**
Kroonveldlaan 50, 9200 Dendermonde
 - Revalidatie
 - (Groeps)gesprekken bij psycholoog
 - Sociaal verpleegkundige
 - Pijnverpleegkundigen
 - Afspraken bij pijnartsen
 - Technische behandelingen en infuustherapieën
- Campus az Sint-Blasius **Zele**
Koevliet 5-6, 9240 Zele
 - Afspraken bij de pijnartsen (enkel donderdag)



Stap 9: afrondingsfase

- Doel?
 - We gaan na of jouw behandeldoelen zijn bereikt.
 - We bereiden je voor om het heft in eigen handen te nemen.
 - Je neemt de leiding over.



Huiswerk

- Wat?
 - Werkboek aanvullen.
 - Informed consent nalezen en handtekenen in tweevoud.
 - Overzicht van medicatie invullen.
 - Overzicht van hulpverleningsgeschiedenis.
 - Vragenlijst arbeidsintegratie.
 - Vragenlijsten psycholoog.
- Praktisch:
 - Je ontvangt deze documenten bij de intake bij de psychologe.
 - Je dient deze terug mee te brengen bij de intake bij de sociaal verpleegkundige.



INFORMATIESESSIE

Multidisciplinair Pijncentrum

Vragen?



Bedankt!

- Heb je na de online informatiesessie nog **vragen**?
 - Neem contact met ons op:
Kristien Van Herewegen of Ann Van den Berghe
(pijnverpleegkundigen)
052 25 23 70
- **Bedankt** voor uw deelname!

