

## CHRONISCHE PIJN

## CHRONISCHE PIJN

Hofland-Van Geest Sportbegeleiding biedt (sport)fysiotherapie, manuele therapie, cursussen en trainingen in Naaldwijk, Wateringen en Kwintsheul.

### Naaldwijk

Schaepmanstraat 38a  
2672 AS Naaldwijk

### Kwintsheul

Sportcomplex Quintus  
Leeuwerik 1c  
2295 PE Kwintsheul

### Wateringen

Zorgtuinderij Nieuw Zuiderveld  
Heulweg 34b  
2291 BZ Wateringen

**T:** 0174 - 20 00 20

**E:** [info@hoflandvangeest.nl](mailto:info@hoflandvangeest.nl)  
[www.hoflandvangeest.nl](http://www.hoflandvangeest.nl)

hofland  van geest

SPORTBEGELEIDING

fysiotherapie en trainingen

september 2016

hofland  van geest

SPORTBEGELEIDING

fysiotherapie en trainingen

### WAAR WORDT HET PROGRAMMA GEGEVEN?

Het Chronische pijn programma kan geheel worden gevolgd in het Westland waarbij wordt getraind in onze fysiotherapiepraktijk in Naaldwijk aan de Schaepmanstraat 38a.

### KOSTEN EN VERGOEDING

Het basispakket van uw zorgverzekering vergoedt het revalidatieprogramma. De kosten bedragen hooguit uw eigen risico (voor zover nog niet gebruikt voor andere basiszorg).

### MEER INFORMATIE

Voor meer informatie over Chronische Pijn kunt u contact opnemen met Arthur Hofland.

*Sterk in beweging!*

U krijgt  
**MEER  
ENERGIE**  
en gaat  
optimaal om  
met uw pijn

# CHRONISCHE PIJN

In Nederland hebben veel mensen pijn. De meeste pijnklachten verdwijnen over het algemeen snel, maar helaas zijn er ook vormen van pijn die niet verdwijnen. Na allerlei trajecten bij verschillende medische of alternatieve geneeswijzen kan het zijn dat de oplossing niet wordt gevonden. Deze blijvende pijn kan belemmerend werken op het functioneren, op het uitvoeren van de bekende dagelijkse activiteiten, op het bewegen en uiteraard ook op de gemoedstoestand van u en uw directe omgeving.

## OMGAAN MET DE PIJN

Hofland-Van Geest Sportbegeleiding heeft een programma van drie maanden waarin u leert om op een optimale manier om te gaan met de pijn.

Het behandelteam bestaat uit:

- Physician assistent
- Psycholoog
- Fysiotherapeut
- Bedrijfsfysio-/ergotherapeut

Dit team gaat samen met u gedurende 13 weken aan de slag met een persoonlijk behandelplan.

## PROGRAMMA IN DRIE FASEN

Dit persoonlijke behandelplan bestaat uit 3 fases.

### 1. Revalidatie-intake

Het behandelteam onderzoekt de aard, ernst, oorzaken en de huidige consequenties van de klachten en beperkingen bij u. Zij stellen in samenspraak met u een aantal doelen. Deze doelen worden, samen met het beleid, vastgelegd in het revalidatieplan.

### 2. Poliklinisch revalidatieprogramma

U voert het afgesproken revalidatieplan uit. Het programma kent diverse onderdelen zoals:

- Pijneducatie
- Fysieke training
- All Day Living (ADL)
- Psychische begeleiding
- Meting

### 3. Nazorg

Het team streeft naar een duurzaam resultaat. Ook op de langere termijn zal u in staat moeten zijn om de klachten onder controle te houden. Het team toetst na drie maanden en na één jaar de resultaten nog eens met u.

### VOOR WIE

Het programma is geschikt voor mensen met:

- Chronische klachten van het bewegingsapparaat
- Klachten aan rug, nek, schouder, bekken, reumatische klachten en chronische ontstekingen van gewrichten
- Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK), RSI/CANS, whiplash en fibromyalgie.

U kunt niet deelnemen als u nog medische onderzoeken heeft lopen en als u ernstige psychische stoornissen heeft. Ook als u niet kunt accepteren dat verder zoeken naar lichamelijke oorzaken voor de pijn geen zin heeft, kunt u niet deelnemen.

