

# Begeleiden en ondersteunen van cliënten met een chronisch pijnsyndroom



Adelante is hét expertisecentrum voor pijnrevalidatie van cliënten in Limburg en verder. Goede diagnostiek, screening en - waar nodig - proefbehandeling zorgen ervoor dat we onze cliënten de juiste behandeling voorstellen. Het gaat altijd om werken aan beter functioneren ondanks de pijn door een gespecialiseerd team. Onze werkwijze is gebaseerd op wetenschappelijk onderzoek en best practices.

Adelante factbook september 2023

## Incidentie en prevalentie

### Prevalentie

In Nederland zijn 2 miljoen mensen met chronische pijn van het bewegingsapparaat.

### Beschrijving van de doelgroep

Pijnrevalidatie is revalidatiezorg met een biopsychosociale 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 is steeds afgestemd op de complexiteit van de problemen die de cliënt ondervindt door de chronische pijn.

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. Daarnaast zetten we ons in om, samen met partners in de eerste- of anderhalvelijnszorg, pijnrevalidatie mogelijk te maken aan cliënten met een laag- tot middencomplex profiel buiten de medisch-specialistische revalidatie. Verder bieden we onze expertise, consultancy en scholing aan partners in de zorgketen over dit onderwerp.

### Speerpunten voor de komende vijf jaar

- Transmuraal netwerk pijnrevalidatie Limburg uitbreiden.
- Zorgprogramma's voor nieuwe doelgroepen

(chronische pijn bij een andere aandoeningen) ontwikkelen.

- Programma's versterken met eHealth.
- Interspecialistische revalidatie in samenspraak met psychiatrie.
- In landelijke samenwerking met andere revalidatiecentra werken aan zorg en innovatie binnen de pijnrevalidatie in het Netwerk Pijnrevalidatie Nederland.

### Innovatie en/of onderzoek

Ontwikkelen en testen van revalidatieprogramma's voor:

- Chronische pijn bij dwarslaesiepatiënten.
- Reuma en pijn.
- Dunnevezelneuropathie.
- Anderhalvelijnszorg.

Binnen het Expertisecentrum Chronische Pijn en Revalidatie wordt samengewerkt met partners aan nieuwe zorg, onderwijs en onderzoek.

### eHealth

- Geïntegreerde klinimetrie.
- Educatie.
- Monitoren en coachen.
- Gebruik 'Virtual Reality' in onze behandeling.
- Telerevalidatie.



### Marktaandeel en kernverzorgingsgebied

Het kernverzorgingsgebied voor cliënten die medisch-specialistische pijnrevalidatie voor chronische pijn nodig hebben is de provincie Limburg. Daarnaast heeft Adelante een supra-regionale functie voor cliënten met zeer-hoog complexe problematiek.

### Belangrijkste verwijzers

- Academische ziekenhuizen.
- Algemene ziekenhuizen.
- Huisartsen.

### Behandelprogramma's en zorgpaden

Alle pijnrevalidatieprogramma's van Adelante zijn gebaseerd op het biopsychosociale model. We hebben diverse programma's in diverse zorgzwaarten. Het gaat steeds om cliënten met chronische pijn van het houdings- en bewegingsapparaat, waarbij het doel is om het functioneren van de cliënt te verbeteren. Binnen Adelante gebruiken we 'evidence based' behandelprincipes voor onze programma's voor chronische pijn.

#### *Behandelinsteken binnen onze programma's voor chronische pijn:*

'**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. Kenmerkend is dat de cliënt aan de hand van vooraf gestelde doelen leert om, ondanks de pijn, 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 behandelfase, een generalisatiefase en een fase van terugvalpreventie.

'**Exposure in vivo**' is met name geschikt bij chronische pijn in het houdings- en bewegingsapparaat waarbij pijn gerelateerde vrees 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 zelf negatieve verwachtingen heeft. Door deze exposure onder begeleiding daalt de vrees voor letsel/pijn bij het uitvoeren van 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 een grote negatieve invloed heeft op het algehele functioneren. ACT is vooral gericht op het vergroten van de psychologische 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) en wachtlijstgegevens. Binnen onze pijnprogramma's lopen regelmatig wetenschappelijke studies om onze zorg beter te maken.

### Overige

Adelante Groep werkt samen met andere Nederlandse Revalidatiecentra in het Netwerk Pijnrevalidatie Nederland aan het verbeteren van haar zorg voor chronische pijn.

### Onderwijs en opleiding

- Adelante draagt haar kennis over pijnrevalidatie uit in onderwijs binnen de opleidingen geneeskunde, geestelijke gezondheidskunde, bewegingswetenschappen van de Universiteit Maastricht en fysiotherapie en ergotherapie van Hogeschool Zuyd.
- Interdisciplinaire scholing van revalidatieteams via onze Adelante Academie.

*"Wetenschappelijk  
aangetoonde meerwaarde  
voor de meest complexe  
hulpvragen."*

Medisch programmaleider

Prof. dr. A.M.C.F. (Jeanine) Verbunt,  
revalidatiearts