

Pijnrevalidatie Kliniek Kop & Lijf

- *Actief naar duurzame participatie en zelfregie*
- *Voor iedere pijnpatiënt de best passende zorg op dit moment*
- *Werken aan oplossingen (geen symptoombestrijding)*
- *Direct een intake (geen wachtlijsten)*

Over Kliniek Kop & Lijf

Kliniek Kop & Lijf is een multidisciplinaire gezondheidszorgkliniek voor revalidatie en re-integratie. Wij bieden medische en paramedische zorg op fysiek en psychisch vlak. Want bij Kliniek Kop & Lijf weten wij dat je lichaam en geest niet los van elkaar kunt zien. Uniek aan het concept van Kliniek Kop & Lijf is de intensieve samenwerking tussen de verschillende zorgverleners die bij het herstel betrokken zijn. We werken op basis van een individueel behandelplan, met heldere doelstellingen. De afspraken met de betrokken zorgverleners vinden allemaal op dezelfde locatie plaats. De betrokken behandelaren hebben wekelijks interdisciplinair overleg. Wij streven naar het verbeteren van kwaliteit van leven en maatschappelijke participatie.

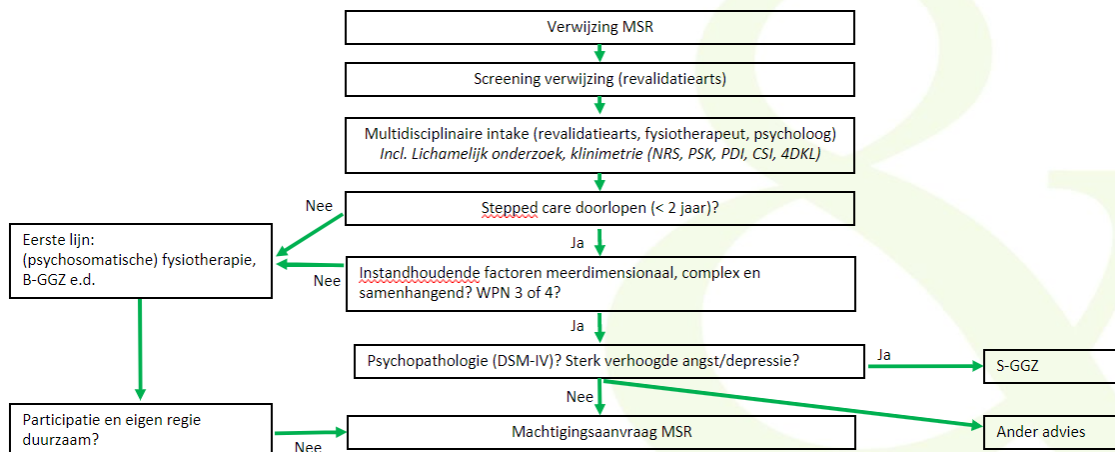
Best passende zorg voor pijnpatiënten

De pijnrevalidatie van Kliniek Kop & Lijf is bedoeld voor volwassenen met aanhoudende pijnklachten aan het bewegingsapparaat. Dat zijn pijnklachten die langer dan 3 maanden duren. Bijvoorbeeld aan rug, bekken, heup, nek, schouder. Maar ook fibromyalgie, hoofdpijn, SOLK (somatisch onvoldoende verklaarde klachten), WAD (whiplash) en KANS (klachten arm nek schouder) vallen hieronder.

Omdat wij voor vrijwel iedere pijnpatiënt een passende oplossing kunnen bieden, hanteren wij op voorhand geen exclusiecriteria. Als wij denken dat pijnrevalidatie voor u niet de best passende behandeling is, kunt u vrijwel altijd bij één van onze andere zorgverleners terecht. Misschien zijn bij u eerstelijns behandelingen, zoals fysiotherapie, meer van toepassing. Of andere trajecten, bijvoorbeeld bij sterk aanwezige psychische problemen. In onderstaand schema staan onze mogelijkheden.



Triagemodel MSR pijn bewegingsapparaat



Doel van de pijnrevalidatie

De pijnrevalidatie heeft als doel uw functioneren in uw dagelijks leven te verbeteren, gericht op de activiteiten die voor u belangrijk zijn. Pijnvermindering is niet direct een behandeldoel, maar vaak zien we wel dat pijnklachten afnemen door onze behandeling. U gaat werken aan uw herstelbevorderende factoren, zowel lichamelijk, gedragsmatig en geestelijk. Hierdoor neemt uw vertrouwen in uw mogelijkheden toe en leert u zelf de regie te houden over uw leven, ook als zich eventueel een terugval voordoet.

Onze missie

U gaat samen met ons 'op reis'. Wij bieden u een veilige omgeving en gaan uit wat voor u belangrijk is en hoe u bent als persoon. U zit aan het stuur. Wij zijn uw bijrijder en geven u de benodigde informatie, inzichten, tips en oefeningen. Aan het eind van het traject geven we u mee hoe u na de pijnrevalidatie verder kunt gaan, uw balans kunt behouden of verder verbeteren, met zo min mogelijk terugval.

Onze aanpak

Een interdisciplinair team beoordeelt in de intakefase welke factoren relevant zijn en wat de best passende aanpak is voor u. Een programma op maat dus. Met name gericht op uw herstelbevorderende factoren. Meest gebruikte onderdelen en behandelmethode binnen onze pijnrevalidatie zijn:

- Lichaamsbewustzijn/-gevoel, mindfulness
- Gezond bewegen
- Opbouwen belastbaarheid en activiteitsniveau ('graded activity')
- Ontspanning, ademhaling
- Coaching op gezond gedrag
- Voorlichting over de werking van pijn

- Psychologische begeleiding
- Balans en energiemanagement
- Leefstijl-adviezen en slaap
- Bewegen en emotie
- Begeleiding bij bewegingsangst ('graded exposure')
- Continuïteitsplan/terugvalpreventieplan en eventueel (afbouwende) nazorg

We meten uw voortgang, kijken of we nog 'op koers' zitten en sturen zo nodig bij. Na de intake, de tussenevaluatie en de eindevaluatie ontvangen u en de verwijzer/huisarts een rapportage. Een zorgcoördinator voert de regie over het behandelproces.

Houd er rekening mee dat u voldoende tijd en energie nodig heeft voor het revalidatieprogramma. Het traject duurt veelal 3 à 4 maanden, waarbij u gemiddeld 3-4x/week komt, 1-3 uur per keer. Continuïteit is van wezenlijk belang voor het welslagen van uw revalidatie. Bij te veel afwezigheid kan het zijn dat we het traject moeten stoppen. Bijvoorbeeld vakantie van meer dan 2 weken of te veel afzeggingen. Het nadeel van stoppen is dat u de kans op herstel mist en de komende 2 à 3 jaar van uw zorgverzekeraar geen revalidatietraject meer vergoed krijgt.

Financiering

De intake wordt vergoed vanuit de basiszorg. Indien zowel u als wij vinden dat onze pijnrevalidatie bij u past, gaan we een machtiging (= goedkeuring) aanvragen bij uw zorgverzekeraar. Alleen met een machtiging wordt de revalidatie betaald vanuit de basiszorg. Uw eigen risico moet u overigens wel betalen, zoals bij alle zorg uit de basiszorg. In enkele gevallen geeft de zorgverzekeraar geen machtiging af. Wij zullen dan in bezwaar gaan. Ook kunt u zelf bezwaar aantekenen bij de zorgverzekeraar. Indien de aanvraag dan nog steeds wordt afgewezen, kunnen we samen kijken naar andere financieringsmogelijkheden. Bijvoorbeeld via werkgever, letselschadeverzekeraar, verzuim-/inkomensverzekeraar. Of dat u zelf betaalt.

Aanmelding

Iedere arts, medisch specialist of bedrijfsarts kan verwijzen. In het verwijsformulier dient specifieke informatie te staan. De aanmelding wordt eerst kort beoordeeld door de revalidatiearts. Als de revalidatiearts akkoord gaat met de verwijzing, starten we met een intake, bij een fysiotherapeut, een psycholoog en een revalidatiearts. Voorafgaand aan de intake vult u enkele vragenlijsten in.

Wij hebben geen wachtlijsten. De intake kan meestal binnen 1 of 2 weken na de verwijzing plaatsvinden.

Vragen?

Neem gerust contact met ons op. Dat kan per telefoon, mail of via ons contactformulier.

- info@kk-l.nl
- 088-5058100
- <https://kk-l.nl/contact/>

Vriendelijke groet,

Team pijnrevalidatie Kliniek Kop & Lijf