

Chronische pijn



Samen op weg naar beter

Pijn is een waarschuwing van het lichaam dat er iets niet in orde is en dat daar iets aan gedaan moet worden. Acute pijn heeft meestal een duidelijke oorzaak, bijvoorbeeld een verwonding of infectie. Na een tijdje rust of behandeling van de oorzaak gaat deze pijn weer over. Acute pijn is dus nuttig. Pijn kan echter ook chronisch worden. We spreken van chronische pijn, wanneer pijnklachten langer dan 6 weken blijven bestaan, terwijl de oorzaak van de pijn verdwenen is. De pijn heeft dan geen waarschuwingfunctie meer en er is geen één op één relatie (meer) met het oorspronkelijk letsel.

De pijn gaat als het ware een eigen leven leiden, met gevolgen voor het dagelijks leven. U gaat bijvoorbeeld bepaalde bewegingen vermijden uit angst voor de pijn, omdat deze als acute pijn blijft aanvoelen. Of u bijt zich juist door de pijn heen, wat bij heftige pijn moeilijk of niet vol te houden is. Goede begeleiding door een therapeut die zich geschoold heeft in chronische pijn kan u helpen weer grip te krijgen op uw klachten

Netwerk Chronische Pijn

Kortom: zelf doen, zelf bewust, zelfstandig, verantwoordelijk werken aan een therapie onafhankelijkheid

Het netwerk Chronische pijn introduceert een vernieuwende behandelwijze, speciaal ontwikkeld voor mensen met chronische pijn. De behandeling laat u zien hoe u zelf op een andere manier met uw pijnklachten kunt omgaan, waardoor u weer grip krijgt op uw leven. Het netwerk is een landelijk netwerk van oefentherapeuten Cesar/Mensendieck die zich hebben gespecialiseerd in het behandelen van mensen met chronische pijn. Het protocol is gebaseerd op de laatste inzichten in evidence based practice en patientgestuurde zorg.



Netwerk Chronische Pijn
SAMEN IN BEWEGING NAAR BETER

Voor meer informatie: www.netwerkchronischepijn.nl