

Inhoud

Deel I Graded exposure bij volwassenen

1	De rol van angst bij pijn: theoretische aspecten	5
	<i>N. Claes, M.E.J.B. Goossens en J.W.S. Vlaeyen</i>	
1.1	De evolutie in het begrijpen van pijn	6
1.2	Het vreesvermijdingsmodel	6
1.3	Pijngerelateerde angst: wat is dat?	7
1.3.1	De impact van angst voor pijn	8
1.3.2	Hoe ontstaat angst voor pijn?	8
1.3.3	Angst voor pijn meten	11
1.4	Generalisatie van pijngerelateerde angst	12
1.5	Hoe kunnen we angst voor pijn reduceren?	13
1.5.1	Uitdoving van pijngerelateerde angst: een extinctieprocedure	13
1.5.2	Uitdoving van pijngerelateerde angst: de praktijk	14
1.6	Conclusie	15
	Literatuur	15
2	Intake revalidatiearts en screening	19
	<i>R.J.E.M. Smeets, A.J.A. Köke en J.A. Verbunt</i>	
2.1	Inleiding	20
2.2	Ernst van de beperkingen: de WPN-criteria	20
2.3	Het stellen van de behandelindicatie	21
2.3.1	Intake revalidatiearts	21
2.3.2	Multidisciplinaire screening	22
2.4	Ten slotte	28
	Literatuur	28
3	De educatie voor volwassenen	29
	<i>M.L. den Hollander, T.E.W. Hermans en R.P. Stracke</i>	
3.1	Inleiding	30
3.2	Medische educatie	31
3.2.1	Uitvoering	32
3.2.2	Centrale sensitisatie	33
3.2.3	Pijntoename	33
3.3	Educatie over de behandelrationale	34
3.3.1	De link leggen naar medische educatie	36
3.3.2	Construeren van het persoonlijke vreesvermijdingsmodel	40
3.4	Koppeling naar de graded-exposurebehandeling	44
3.4.1	De bijwerking van de behandeling	44
3.4.2	Rolverdeling tijdens de educatie	45
3.4.3	Omgaan met patiënten die nog niet klaar zijn voor een gedragsverandering	46
3.5	Conclusie	46
	Literatuur	46

4	Graded exposure in de praktijk: de behandeling bij volwassenen	47
	<i>M.L. den Hollander, I.P.J. Huijnen en R.J.E.M. Smeets</i>	
4.1	Inleiding	48
4.2	Afname van de PHODA	49
4.3	Graded exposure met gedragsexperimenten	50
4.3.1	Het kiezen van de activiteit	50
4.3.2	Het toetsen van verwachtingen	51
4.3.3	De uitvoering van het gedragsexperiment	53
4.4	Adviezen voor specifieke sessies	54
4.4.1	In eigen woorden herhalen van de behandelrationale (sessie na educatie)	54
4.4.2	Huiswerk (elke sessie)	55
4.4.3	Omgaan met pijntoename (elke sessie)	55
4.4.4	Omgaan met een onvoorziene gebeurtenis	56
4.4.5	Tussentijdse evaluatie	56
4.4.6	Veiligheidsgedrag (elke sessie)	56
4.5	Evaluatie van de behandeling	57
4.6	Nieuwe ontwikkelingen	58
	Literatuur	58
5	Graded exposure bij chronische lage rugklachten	61
	<i>I.P.J. Huijnen en R.J.E.M. Smeets</i>	
5.1	Inleiding	62
5.2	Behandeling van patiënten met chronische lage rugklachten	62
5.3	Praktische adviezen voor graded exposure bij rugklachten: feiten en fabels	64
5.4	Evaluatie van de behandeling	66
	Literatuur	67
6	Graded exposure bij complex regionaal pijnsyndroom type 1	69
	<i>M.L. den Hollander en R.J.E.M. Smeets</i>	
6.1	Inleiding	70
6.2	Behandeling van patiënten met CRPS-I	71
6.3	Praktische adviezen voor graded exposure bij CRPS-I	73
6.3.1	Aandachtspunten tijdens intake revalidatiearts	74
6.3.2	Aandachtspunten tijdens intake behandelteam	74
6.3.3	Aandachtspunten tijdens PHODA	74
6.3.4	Aandachtspunten tijdens medische educatie	75
6.3.5	Aandachtspunten tijdens educatie over de behandelrationale	75
6.3.6	Aandachtspunten tijdens de praktische fase van de behandeling	76
	Literatuur	76
7	Graded exposure bij posttraumatische nekpijn en bij klachten van arm, nek en/of schouder	79
	<i>J.R. de Jong, M.D.F. van Eijnsden-Besseling en C.M. Rebel</i>	
7.1	Inleiding	80
7.2	Posttraumatische nekpijn	80
7.2.1	Posttraumatische nekpijn en catastroferen	81
7.2.2	Graded exposure bij posttraumatische nekpijn	81

7.3	Klachten van arm, nek en/of schouder (KANS)	84
7.3.1	KANS en catastroferen	86
7.3.2	Graded exposure bij KANS	86
	Literatuur	90

Deel II Graded exposure bij jongeren

8	Intake revalidatiearts en screening	97
	<i>E.M. Spek, D.A.J. van Menxel, T. van Meulenbroek en J.A. Verbunt</i>	
8.1	Risicofactoren voor chronische pijn	98
8.2	Impact van hypermobiliteit	99
8.3	Intake revalidatiearts	99
8.4	De multidisciplinaire screening	100
8.4.1	Beloop van de pijnproblematiek	101
8.4.2	Pijngerelateerde cognities, emoties en gedrag	101
8.4.3	Ervaren beperkingen in het dagelijks functioneren	102
8.4.4	Negatieve bekrachtigers	102
8.4.5	Rol van de ouders	103
8.4.6	Fysiotherapeutisch onderzoek en observatie beweeggedrag	103
8.4.7	Hulpvraag, doelen en motivatie	103
8.4.8	Assessment door vragenlijsten	104
8.5	Indicatiestelling	105
	Literatuur	105
9	Assessment catastroferen en angst bij jongeren	107
	<i>J.A. Verbunt en M.E.J.B. Goossens</i>	
9.1	Inleiding	108
9.2	Het meten van catastroferen en angst	108
9.2.1	Catastroferen	108
9.2.2	Angst voor letsel	108
9.2.3	Angst voor pijn	112
	Literatuur	112
10	De educatie voor jongeren	113
	<i>E.M. Spek, A. Nijhuis-Mares en M. van Beugen</i>	
10.1	Inleiding	114
10.2	Medische educatie door revalidatiearts	114
10.2.1	Voorbereiding	115
10.2.2	Uitvoering	116
10.3	Educatie door psycholoog en paramedicus	116
10.3.1	Voorbereiding	117
10.3.2	Algemene educatie over pijn	117
10.3.3	Individuele educatie over pijn	118
10.4	De behandelaar en educatie	121
	Literatuur	122

11	Graded exposure in de praktijk: de behandeling bij jongeren	123
	<i>E.M. Spek, D.A.J. van Menxel, B.J.A.G. Ummels, T. van Meulenbroek en J.A. Verbunt</i>	
11.1	Inleiding	124
11.2	Startfase	124
11.3	Uitvoering van gedragsexperimenten	128
11.4	Aandacht voor generalisatie en terugvalpreventie	131
11.5	Hypermobiliteit	132
	Literatuur	133
12	Begeleiding ouders	135
	<i>M.E.J.B. Goossens en E.M. Spek</i>	
12.1	Inleiding	136
12.2	Theoretische achtergrond	136
12.3	Doelen van de ouderbegeleiding	136
12.4	Begeleiding ouders tijdens de behandelsessies	137
12.4.1	Aanwezigheid en actieve participatie	137
12.4.2	Handvatten/tips voor ouders	138
12.5	Het ouderprogramma TOP	139
12.5.1	Sessie 1 Kennismaking en educatie	140
12.5.2	Sessie 2 Het gezin en pijn	141
12.5.3	Sessie 3 Terugvalpreventie	141
12.6	Evaluatie	143
	Literatuur	144

Deel III Organisatie van zorg

13	Graded exposure: organisatorische aspecten	147
	<i>I.P.J. Huijnen, C.A.M.J. Loo, H. Veders en P.A.M. Kurvers</i>	
13.1	Inleiding	148
13.2	Logistiek van het behandelproces	149
13.3	Planning van het behandelproces	152
13.4	Scholing en kwaliteitsbewaking	153
13.4.1	Scholing	153
13.4.2	Kwaliteitsbewaking	154
	Literatuur	154
14	Groepsbehandeling graded exposure	157
	<i>M.B. van Melick, M.L. den Hollander, T.E.W. Hermans en R.J.E.M. Smeets</i>	
14.1	Inleiding	158
14.2	Ontwikkeling groepsbehandeling	158
14.2.1	Belangrijkste aandachtspunten vanuit de literatuur	159
14.2.2	Aandachtspunten ten aanzien van observationeel leren	159
14.2.3	Aandachtspunten ten aanzien van de behandelrationale	159
14.2.4	Aandachtspunten ten aanzien van gedragsexperimenten	160
14.2.5	Aandachtspunten ten aanzien van facilitatie van persoonlijke doelen	160

14.3	Inhoud groepsbehandeling	160
14.3.1	Intake	160
14.3.2	Groepssessie 1	161
14.3.3	Groepssessie 2	161
14.3.4	Groepssessie 3	162
14.3.5	Groepssessie 4	163
14.3.6	Groepssessie 5	163
14.3.7	Groepssessie 6	164
14.3.8	Groepssessie 7	164
14.3.9	Groepssessie 8	165
14.3.10	Groepssessie 9	165
14.3.11	Terugkomsessie	166
14.4	Reflecties	166
14.5	Conclusie	168
	Literatuur	169
15	Graded exposure in de eerste lijn	171
	<i>R.M.A. van Erp, I.P.J. Huijnen en R.J.E.M. Smeets</i>	
15.1	Inleiding	172
15.2	Het profiel van de patiënt	173
15.2.1	Beoordeling van psychosociale problematiek	174
15.3	Het profiel van de therapeut	176
15.4	Het profiel van de eerstelijnspraktijk	176
15.5	Praktische toepassing in de eerste lijn	177
15.5.1	Verwijzing en aanmelding	177
15.5.2	Anamnese en screening	177
15.5.3	Educatie	178
15.5.4	Doelen stellen	179
15.5.5	Graded exposure	179
15.5.6	Graded activity	180
15.5.7	Omgeving	181
15.5.8	Evaluatie	181
	Literatuur	182
16	Onderzoek naar graded exposure voor jongeren	185
	<i>C. Dekker, M.E.J.B. Goossens, C.H.G. Bastiaenen en J.A. Verbunt</i>	
16.1	Inleiding	186
16.2	De 2B Active-studie	187
16.2.1	Wat wisten we al over de behandeling van jongeren met chronische pijn?	187
16.2.2	Uitvoering van het onderzoek	188
16.2.3	Deelname aan 2B Active	189
16.3	Meedoen aan wetenschappelijk onderzoek	190
16.4	Hoe weten we na het onderzoek welke behandeling beter is?	191
16.5	Conclusie	192
	Literatuur	193

Deel IV Nawoord

17 **Toepassen van graded exposure vergt training en oefening, ook voor de behandelaar** 197

J.R. de Jong en J.A. Verbunt

17.1 **Extinctie betekent niet uitgedoofd!** 198

17.1.1 Extinctie is geen afleren 198

17.2 **Er blijven vragen** 199

17.3 **Toepassen van exposure vergt training en oefening, ook van de behandelaar** 200

17.4 **Cursus graded exposure voor teams** 201

Literatuur 201

Bijlagen 203

 Bijlage 1 Afkortingen 204

 Bijlage 2 Expertisecentrum Pijn en Revalidatie 205

 Register 207

Graded Exposure

Een cognitief gedragsmatige aanpak van chronische pijn

Verbunt, J.; Smeets, R.J.E.M. (Eds.)

2017, XVI, 208 p. 32 illus., Softcover

ISBN: 978-90-368-1105-7