

Heeft u behoefte aan meer informatie, heeft u vragen of opmerkingen
Bezoek dan onze website. Ook kunt u ons altijd een mail sturen

info@transcare.nl | www.transcare.nl



TRANSCARE-*pijn*

algemene informatiefolder

Bezoekadres: Fûgelkamp 2 | 9281 MA Harkema
info@transcare.nl | www.transcare.nl

Transcare: de individuele totaalaanpak voor patiënten met chronische pijn

Uit onderzoek blijkt dat ongeveer één op de vijf Nederlanders lijdt aan chronische pijn. Dit is pijn waarvoor geen lichamelijke beschadiging aanwezig is en die minimaal zes weken bestaat. Chronische pijn is één van de grootste problemen binnen de gezondheidszorg, zowel voor patiënten als voor hulpverleners.

Als pijnklachten lang duren of heel ernstig zijn, bijvoorbeeld na een ongeval of sportblessure, is dit een reden om naar de arts te gaan. De arts bekijkt wat de oorzaak van de pijnklachten is en geeft de patiënt advies en/of een behandeling. Voor veel pijnklachten is echter geen duidelijke oorzaak (meer) te vinden. We noemen dit chronische pijn; pijn zonder dat iets ontstoken of beschadigd is. Ondanks het feit dat de arts(en) en eventuele andere behandelaars goed zoeken naar een lichamelijke oorzaak, wordt deze niet gevonden.

Transcare kan u dan verder helpen.

Pijn zonder lichamelijke beschadiging: kan dat?

De meeste mensen met pijnklachten willen weten wat de oorzaak van hun pijnklachten is. Logisch, want de oorzaak kennen is een voorwaarde voor een goede behandeling. Daarom zoeken veel mensen naar een lichamelijke oorzaak van hun pijnklachten. Maar bij de meeste patiënten met chronische pijn worden géén lichamelijke afwijkingen gevonden.

Pijn kan ook bestaan zonder dat er sprake is van een ontsteking of beschadiging in het lichaam. Deze pijn wordt veroorzaakt door het zenuwstelsel zelf; de delen van het zenuwstelsel die de pijn in ons lichaam verwerken zijn overgevoelig geraakt. Dit wordt sensitisatie genoemd. Het pijnsysteem binnen het zenuwstelsel is dan als het ware te scherp afgesteld. Vergelijk dit met een brandalarm dat om de haverklap afgaat. Er is geen brand, maar het is het alarmsysteem zélf dat niet goed functioneert. Met andere woorden: er is geen lichamelijke beschadiging, maar in het zenuwstelsel heeft sensitisatie plaatsgevonden.



Werkwijze Transcare

Zo kan het gebeuren dat zaken die normaal gesproken niet pijnlijk zouden moeten zijn, zoals lopen, tillen of uit een auto stappen, ineens wél pijnlijk zijn als er sprake is van sensitisatie.

Sensitisatie

Wat maakt dat chronische pijn – of sensitisatie – niet overgaat?

Verschillende factoren kunnen dit veroorzaken. Bijvoorbeeld een slechte conditie of je zorgen maken over de (oorzaak van de) pijn. Ook veel stress, frustraties of angsten kunnen sensitisatie verergeren. Verder is de manier waarop iemand met zijn klachten omgaat van belang. Denk bijvoorbeeld aan iemand die ondanks pijnklachten te veel doorgaat. Of aan iemand die juist te veel dingen níét meer doet. Als de pijn niet overgaat, is het van belang om goed te kijken naar factoren die mogelijk van invloed zijn op het blijven bestaan van de klachten.

Transcare is erop gericht alle elementen te onderzoeken die de pijn kunnen onderhouden. Daarom wordt de diagnostiek verricht door een arts, psycholoog én fysiotherapeut. De behandelaars van **Transcare** zijn allen gespecialiseerd in het onderwerp chronische pijn. Zo kan een goed beeld verkregen worden van alle factoren die van invloed zijn op uw pijn. Deze brede diagnostiek resulteert in een ‘pijnanalyse’ met een behandelvoorstel. Kort na de diagnostiek zal de arts u uitleg geven over de pijnanalyse en met u een behandelvoorstel bespreken.

Samenwerking

Om patiënten nog beter te kunnen behandelen werkt **Transcare** nauw samen met specialisten uit ziekenhuis Nij Smellinghe in Drachten. Met deze specialisten worden gezamenlijk patiënten besprekingen gehouden en wordt overlegd over de beste aanpak voor pijn.