

Nieuwsbrief maart 2018



Cliënten waarderen Pijnzorg Actief met een 9!

Cliënten waarderen de zorg bij Pijnzorg Actief met een 9!

De competenties waar hoog op wordt gescoord zijn sensitiviteit, integriteit, mondelinge communicatie, organisatie van werk, samenwerken en vakkundigheid.

Pijnzorg Actief stelt zich tot doel om een goede bereikbaarheid te garanderen. Een goede professionele werkhouding wordt als zeer belangrijk gezien. Bij dit alles staat de zelfstandigheid van de cliënt voorop!

Het is van belang dat de cliënt kan meebeslissen over de inhoud van de zorg. Het behandelplan is hierbij leidend en wordt uitgebreid besproken met cliënten.

Om goede zorg te kunnen leveren is Pijnzorg Actief goed op de hoogte van de persoonlijke situatie van haar cliënten. Er dient een wederzijds vertrouwen te zijn en de zorg zal te allen tijde vakkundig geleverd worden. Samenwerking met andere hulpverleners wordt gezien als een noodzakelijke voorwaarde voor goede zorg. Aandacht voor de cliënt, goed luisteren en het vakkundig beantwoorden van vragen wordt als belangrijk gezien.



Pijnzorg Actief: pijnzorg in Limburg

In algemene zin wordt van chronische pijn gesproken indien deze meer dan 3 maanden aanwezig is. Vaak is er geen duidelijke medische oorzaak (meer) aanwezig of aantoonbaar. Mensen voelen zich vaak vermoeid en het komt verspreid over het lichaam voor.

- **Zoekt u al een tijd naar de oorzaak van uw chronische pijn?**
- **Heeft u allerlei (medische) onderzoeken ondergaan, zonder een duidelijke verklaring te vinden voor de hoeveelheid pijn die u ervaart?**
- **Heeft u al veel behandelingen geprobeerd, zonder een bevredigend resultaat (op de lange termijn)?**



Cliëntvriendelijke wachtruimte



Wat gebeurt er in het lichaam bij chronische pijn?

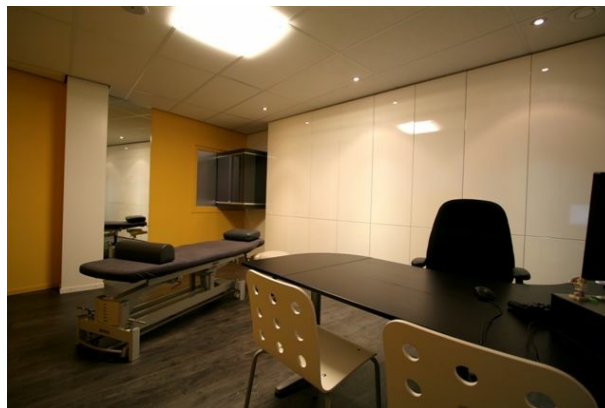
Bij chronische pijn is er een verandering opgetreden in de zenuwbanen die pijnprikkels naar de hersenen sturen. Er worden vaak meer prikkels doorgegeven en de hersenen ervaren dit als 'pijn'. Men is gevoeliger geworden voor pijnprikkels, waardoor het pijnsignaal een 'vals' alarm afgeeft. De pijn wordt eerder en heviger gevoeld dan de bedoeling is.



De behandeling van chronische pijn

"Niet vechten tegen de pijn, maar leren omgaan met de pijn"

De aanpak van chronische pijn bij Pijnzorg Actief heeft niet als doel pijnvrij te worden, maar om te leren omgaan met de pijn. Dat vraagt een andere kijk ten aanzien van de pijn. Aandacht geven aan de dingen die belangrijk en waardevol zijn in het leven, in plaats van vechten tegen de pijn en te verwachten dat deze weggaat.



Spreekkamer

Wat men leert bij Pijnzorg Actief:

- **Anders tegen de pijn aan te kijken**
- **Anders om te gaan met de pijn ten aanzien van het dagelijkse functioneren op lichamelijk, geestelijk en sociaal-maatschappelijk vlak**
- **Wat de factoren zijn die de pijn in stand houden of te veel energie kosten**
- **Nieuwe mogelijkheden te creëren om beter te functioneren op het gebied van werk, studeren, sociale contacten, hobby's en dagelijkse bezigheden.**

Cliëntervaring

Cliënten vragen mij regelmatig; "Kunt u iets voor mij betekenen? Hoop dat u mij een eerlijk antwoord geeft, daar ik al tegen verschillende teleurstellingen ben aangelopen van artsen en therapeuten"

Het blijkt maar weer dat het erg belangrijk is goed te luisteren naar de cliënt. Deze cliënt liet mij alvorens de behandelingen te starten weten dat hij meerdere malen teleurgesteld werd door hulpverleners die beloofden hem van zijn pijnklachten af te helpen.

Aan het einde van de behandelingen bemerkt de cliënt, dat hij anders omgaat met zijn gedachten en zijn pijnbeleving is in positieve zin veranderd!

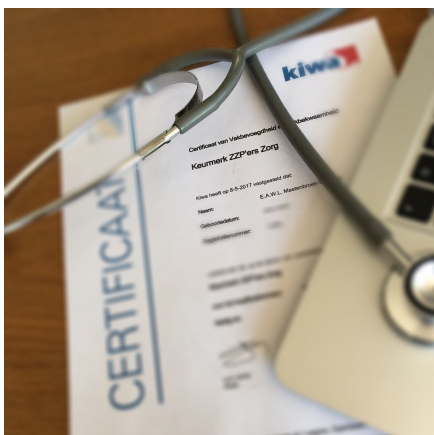
Dit is wat de cliënt schreef:

"Ik ben bij Cindy Mastenbroek terecht gekomen na een tip van mijn letselschade advocate. In eerste instantie heb ik de boot afgehouden i.v.m. eerdere behandelingen die uitliepen op teleurstellingen. Daar ik chronische pijnen heb en de klachten niet minder werden heb ik toch besloten om met Cindy contact op te nemen om een gesprek aan te gaan waarbij ik mij volledig heb opengesteld voor haar behandelingen. Zij heeft mij oefeningen en handvaten gegeven om op een goede manier met chronische klachten en pijnen om te kunnen gaan. Diverse oefeningen waren mij al bekend daar ik ook nog steeds 2 maal per week naar de fysiotherapie ga en ik ook een rijk sport verleden heb. Wat mij met name helpt zijn de mindfulness oefeningen. Dit zijn absoluut geen zweverige oefeningen of i.d. je moet er uiteraard wel voor open staan anders werkt het niet. Ze heeft de oefeningen zowel voor het lichamelijke als het geestelijke op een duidelijke manier uitgelegd, ik hoop hier in de toekomst ook nog veel baat bij te blijven houden voor een goede kwaliteit van leven."

Wat heeft Pijnzorg Actief te bieden aan cliënten met chronische pijn?

"Allereerst korte wachlijsten en een korte lijn naar andere disciplines. Zo kunnen mensen snel worden geholpen. Verder valt de cliëntvriendelijke sfeer op, denk aan een mooie ontvangstruimte en goede voorlichting. En minstens zo belangrijk: voldoende tijd inplannen voor de cliënt zodat in alle rust een goed gesprek gevoerd kan worden.

Graag wil ik bereiken dat mijn cliënten binnen een korte tijd een aanzienlijke verbetering van kwaliteit van hun leefsituatie krijgen!" –Cindy Mastenbroek



U kunt contact met Pijnzorg Actief opnemen via
06-57236323 of
cindy.mastenbroek@pijnzorgactief.nl
<http://www.pijnzorgactief.nl/contact>

**Eind juni 2018 zal de nieuwe
nieuwsbrief van Pijnzorg Actief
verschijnen!**