

Nieuwsbrief september 2018

Bij Pijnzorg Actief ligt de nadruk op het behalen van de meest goede, snelle en duurzame resultaten bij iedere cliënt.

Door samenwerking met verschillende soorten zorgaanbieders ontstaat een zorg waarbinnen de cliënt op het juiste moment de meest passende en zinvolle zorg krijgt. De verbreding van specialistische kennis draagt tevens bij aan vernieuwing en kwaliteit van zorg, waardoor cliënten met chronische pijn effectiever kunnen worden behandeld.

Leest u snel verder...



***** Hoe lang heeft u al pijn?*****

Het blijkt dat veel mensen met pijnklachten te lang wachten met hulp zoeken. Men denkt dat de pijn vanzelf overgaat. Hoe eerder men hulp zoekt bij pijn, hoe beter. Het wordt steeds moeilijker om de pijnklachten aan te pakken. Bij pijn geldt: hoe eerder u erbij bent, hoe beter.

Door goed geïnformeerd een mening te vormen en te beslissen, organiseert u uw eigen zorg. U past de chronische pijn zo goed mogelijk in uw leven in. U weet het beste welke factoren uw pijn verlichten of in stand houden. Zo kunt u een passende balans zoeken tussen activiteiten en beperkingen.

Misschien moet u daarvoor uw leefstijl en gedrag veranderen. Als de achterliggende pijnmechanismen goed zijn uitgelegd, is dit te accepteren.

Gevaar voor een terugval ligt altijd op de loer! Let op uw pijngedrag!

Wanneer u zich goed voelt, dan is dat altijd een teken om alert te blijven, dan ligt er gevaar van terugval en valkuilen op de loer. Met als gevolg irritatie en spanningen.

Blijvende gedragsverandering is lastig.

Ik ben heel benieuwd of u zich hierin herkent. Denkt u ook de hele wereld weer aan te kunnen als het (even) wat beter gaat? En in welke valkuilen stapt u regelmatig?



*****Vergoeding zorg bij Pijnzorg Actief*****

De zorg bij Pijnzorg Actief wordt door zorgverzekeraars geheel of gedeeltelijk vergoed vanuit de basisverzekering. Geen eigen risico.

Belangrijke informatie: <http://www.pijnzorgactief.nl/vergoedingen> Ook in uw polisvoorwaarden vindt u informatie over vergoedingen bij niet-gecontracteerde zorgaanbieders.



vergoeding 75 tot zelfs 100%



gaat niet af van uw eigen risico



geen aanvullende verzekering nodig



**pijnzorg
actief**

Professionele zorg bij chronische pijn

- Verbeterde fysieke en mentale balans,
- beter herstel,
- afname van klachten,
- verbeterd welbevinden,
- betere kwaliteit van leven met pijn!

Pijnzorg Actief behandelt en begeleidt mensen met chronische pijn en de gevolgen die deze pijn met zich meebrengt, zowel fysiek, sociaal als psychisch.

Door haar grote expertise en een cliëntgerichte, persoonlijke benadering is Pijnzorg Actief met name gespecialiseerd in behandeling van personen met complexe chronische pijn.

www.pijnzorgactief.nl



**pijnzorg
actief**

Professionele zorg bij chronische pijn

Er wordt zoveel mogelijk gewerkt aan de hand van de nieuwste wetenschappelijke en evidence based practice inzichten. De huidige inzichten laten diverse aangrijpingspunten zien voor behandeling en het tot rust brengen van het pijnsysteem. U leert zelf invloed uit te oefenen op de pijn. Het uiteindelijke doel van de behandeling / begeleiding is dat u weer grip krijgt op uw eigen leven. Dat de pijn niet meer leidend is in het leven, maar een onderdeel ervan.





PIJNZORG ACTIEF
Cindy Mastenbroek

cindy.mastenbroek@pijnzorgactief.nl
www.pijnzorgactief.nl

06 57 236 323
Dorpstraat 64, 6122 CC Buchten

Pijnzorg Actief is gevestigd in het pand van Health & Sports, Paramedisch Centrum Buchten

 *****Helpt wietolie bij mijn pijn? Een poging om wijs te worden in het oerwoud van info over wietolie, medicinale cannabis, cbd-olie, thc en andere termen*****

Steeds vaker hoor ik links en rechts de termen wietolie, CBD, joint en cannabis vallen, zeker in relatie tot pijn, slaapproblemen en spanningen. Veel patiënten beweren dat ze al hun medicijnen overboord hebben kunnen gooien, omdat de wietolie beter helpt tegen hun pijn, of omdat ze er zo veel beter van kunnen slapen.

Maar hoe meer u erover leest, hoe meer vragen er bij u op komen. Er wordt veel over geroepen, zeker op het internet, maar slechts weinig mensen weten er het fijne van. En dat begrijp ik helemaal.

Er is een wirwar van info te vinden via Google, maar daarvan is lang niet alles correct, en soms is het zelfs complete onzin. De CBD-olie is inmiddels zelfs verkrijgbaar bij supermarkten en is zelfs een van de populairste artikelen van drogisterijen.

Volg Pijnzorg Actief via Facebook <https://www.facebook.com/pijnzorgactief/> en lees binnenkort een uitgebreid artikel over CBD en THC gebruik bij chronische pijn.

*** Heeft u door uw chronische pijn extra zorg en ondersteuning nodig? Bij welke instantie kunt u een aanvraag doen?***

Afhankelijk van welk soort ondersteuning of zorg u nodig heeft, geldt er een ander loket. De belangrijkste loketten zijn het zorgloket van uw gemeente en uw zorgverzekeraar. Maar er bestaan meer instanties. Om de weg te vinden kan je terecht op <https://reumanederland.nl/leven-met/loketwijzer/> of ga naar <https://www.regelhulp.nl>. Wordt u telkens door instanties naar een andere instantie doorverwezen? Of wilt u advies waar u terecht kan? Op <https://www.denieuwepraktijk.nl/praktijkt teams/juiste-loket/> stelt u uw vraag per telefoon of per email en krijgt u gratis een persoonlijk advies.

Wilt u hulp bij het doen van een aanvraag van zorg of ondersteuning? Een maatschappelijk werker van de stichting Mee weet de weg en helpt om uw aanvraag in te dienen. Ga naar <https://www.mee.nl/mee-locator> voor een maatschappelijk werker bij u in de buurt.
bron: Reumafonds.nl

ACTUEEL

'Gebruik verslavende pijnstillers loopt uit de hand'

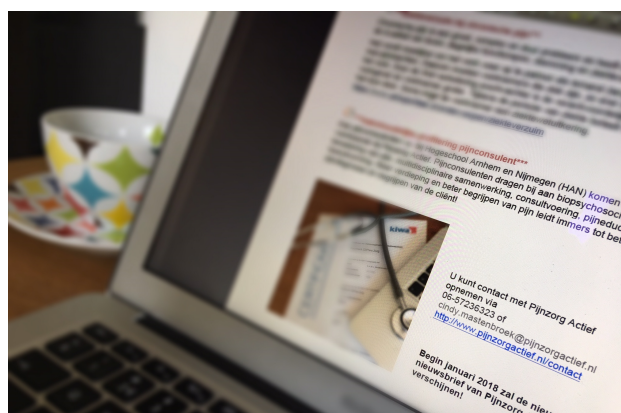
Een taak voor pijnconsulenten.

Het probleem in Nederland ligt bij te lang en chronisch gebruik van opioïden.

Bij chronische pijn wordt onvoldoende gekeken naar niet-opioïde interventies. Een interdisciplinaire aanpak is hierbij essentieel.

De pijnconsulent kan een grote bijdrage leveren om samen met de huisarts adviezen te geven over het medicatie-beleid bij chronische pijn en niet-medicamenteuze interventies in te zetten.

<https://www.nvam.nl/nieuwsitem/opioïd-crisis-commissie-pijn/>



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

Eind december 2018 zal de nieuwe nieuwsbrief van Pijnzorg Actief verschijnen!

Wilt u zich afmelden voor de nieuwsbrief, stuur dan een e-mail aan cindy.mastenbroek@pijnzorgactief.nl