

Pijncentrum

# Psycholoog pijncentrum



# Multidisciplinaire aanpak

Binnen ons pijncentrum proberen we met een multidisciplinaire aanpak een antwoord te bieden op jouw pijn. Dit betekent dat zowel algologen (pijnspecialisten), pijnverpleegkundigen, pijnpsychologen, een sociaal verpleegkundige en een ergotherapeut deel uitmaken van het pijnteam.

Op die manier streven we naar een totaal-aanpak van jouw pijnprobleem, met aandacht voor de impact van langdurige pijn op je dagelijks leven. Een kennismakingsgesprek bij de psycholoog kan geadviseerd worden.

## De rol van de psycholoog binnen het pijncentrum

Sommige mensen schrikken wanneer ze verwezen worden naar één van onze psychologen. Gedachten als 'ze denken dat de pijn tussen mijn oren zit', 'men gelooft mij niet', 'mijn pijn wordt niet serieus genomen', ... komen dan vaak naar boven.

Niets is minder waar. Verwijzing naar één van onze psychologen betekent in geen geval dat er wordt getwijfeld aan de echtheid of de ernst van je pijn. Leven met langdurige pijn kan echter wel je leven beïnvloeden in die mate dat je levenskwaliteit vermindert.

## Waarom wordt een gesprek bij de psycholoog gepland?

Chronische pijn heeft een grote impact op je dagelijks leven. Alles wat voordien vanzelfsprekend was, vergt nu veel meer moeite. Wat je wil kunnen, lukt niet meer (volledig) en je ondervindt beperkingen. Daarnaast heeft de pijn vaak ook gevolgen voor je sociale leven, huishoudelijke taken, je werksituatie, je financiële situatie, relaties met je directe omgeving, ...

### Chronische pijn zorgt voor veranderingen in

- **je gedachten**  
"ik kan niets meer", 'door de pijn is mijn leven om zeep', 'anderen begrijpen me niet', 'waarom ik?', 'het is niet eerlijk', ...
- **je gevoelens**  
boosheid, verdriet, onmacht, frustratie, ...
- **je gedrag**  
inactiever worden of net véél te actief worden)
- **je sociaal functioneren**  
jezelf meer gaan isoleren

Deze veranderingen kunnen je levenskwaliteit aantasten, waardoor je je ongelukkig kan voelen. De machteloosheid waarmee je als pijnpatiënt soms geconfronteerd wordt, kan zijn tol eisen op je gevoel van welzijn.

**Belangrijk om te weten is dat je gevoel van welzijn ook je pijngewaarwording kan beïnvloeden.** Chronische pijn vormt met andere woorden een bedreiging op je welzijn en de mate waarin je je goed in je vel en gelukkig voelt. Je wordt gedwongen 'anders' te gaan leven. Psychologische begeleiding leert je via bepaalde technieken omgaan met de pijn en met de gevolgen hiervan.

## Het doel van psychologische begeleiding bij pijn

We verkennen eerst je pijnprobleem en de impact hiervan op je dagelijkse leven. Ons streefdoel is het verhogen van je levenskwaliteit. We kunnen de pijn niet wegnemen, maar we kunnen wel werken naar een houding waarbij je met pijn toch een voldoende gevend leven kan leiden.

We reiken je technieken en hulpmiddelen aan, waardoor de pijn minder centraal komt te staan en waardoor je opnieuw controle verwerft over je leven.

## Wat na een eerste gesprek

Na het eerste (intake)gesprek wordt bekeken hoe we je best verder kunnen helpen. We kijken of het al dan niet nodig is om de psychologische begeleiding op te starten. Wanneer besloten wordt om deze op te starten, kan dit binnen ons pijncentrum. Deze begeleiding gebeurt individueel en is **gratis**.

Doorverwijzing naar of aanvulling op onze begeleiding kan eveneens bij de andere psychologen binnen het ziekenhuis, specifieke centra, ...

We houden steeds rekening met je persoonlijke situatie, behoeften en noden.



## Contact

Voor vragen kan je steeds contact opnemen met het multidisciplinair pijncentrum op het nummer 03 890 59 23.

# TEAM

dr. Baten | dr. Cools  
dr. Lapré | dr. Raps

**Psychologen**  
Dina van Regenmortel  
Barbara Batens

## CAMPUS BORNEM

Kasteelstraat 23 | 2880 Bornem  
03 890 16 11

## CAMPUS WILLEBROEK

Tisseltsesteenweg 27 | 2830 Willebroek  
03 890 16 11

**ref.: 50005631**

versie: 02/12/2020

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: Leen Groes, pijnverpleegkundige campus Bornem

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke

Maatschappelijke zetel:

vzw AZ Rivierenland | 's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

RPR 0416 851 659 | Erkenningsnummer 104 | Bevoegde rechtbank: Antwerpen

[www.azrivierenland.be](http://www.azrivierenland.be) | [info@azr.be](mailto:info@azr.be)

