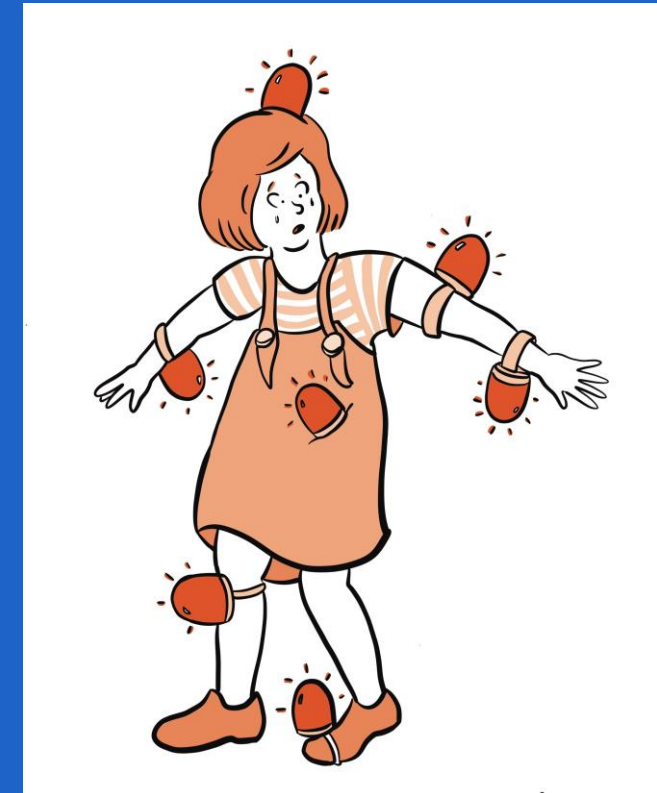




MIJN KIND HEEFT PIJN

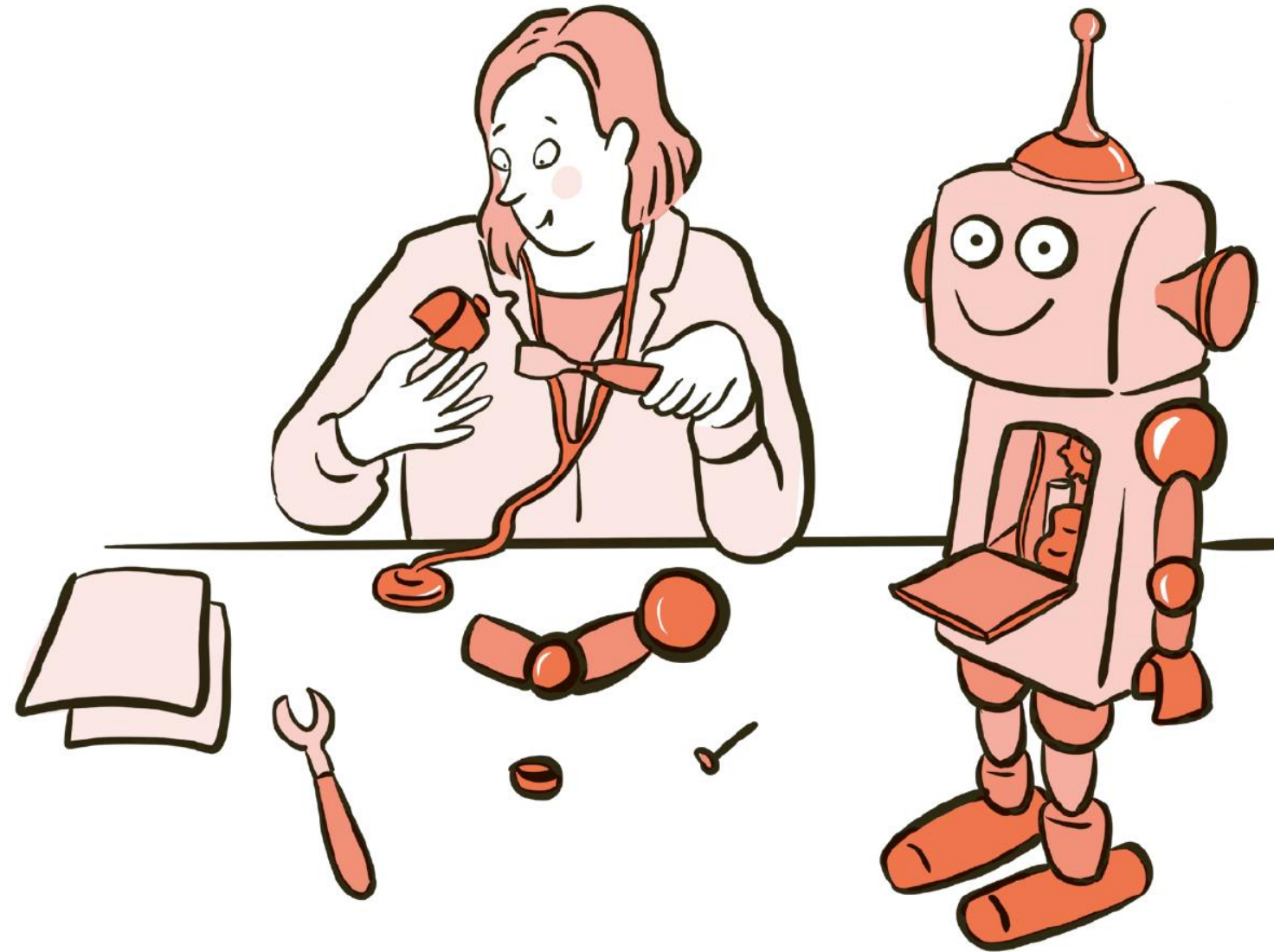
Liesbet Goubert, PhD

Symposium pijnkliniek UZ Gent, Gent, 1 oktober 2022

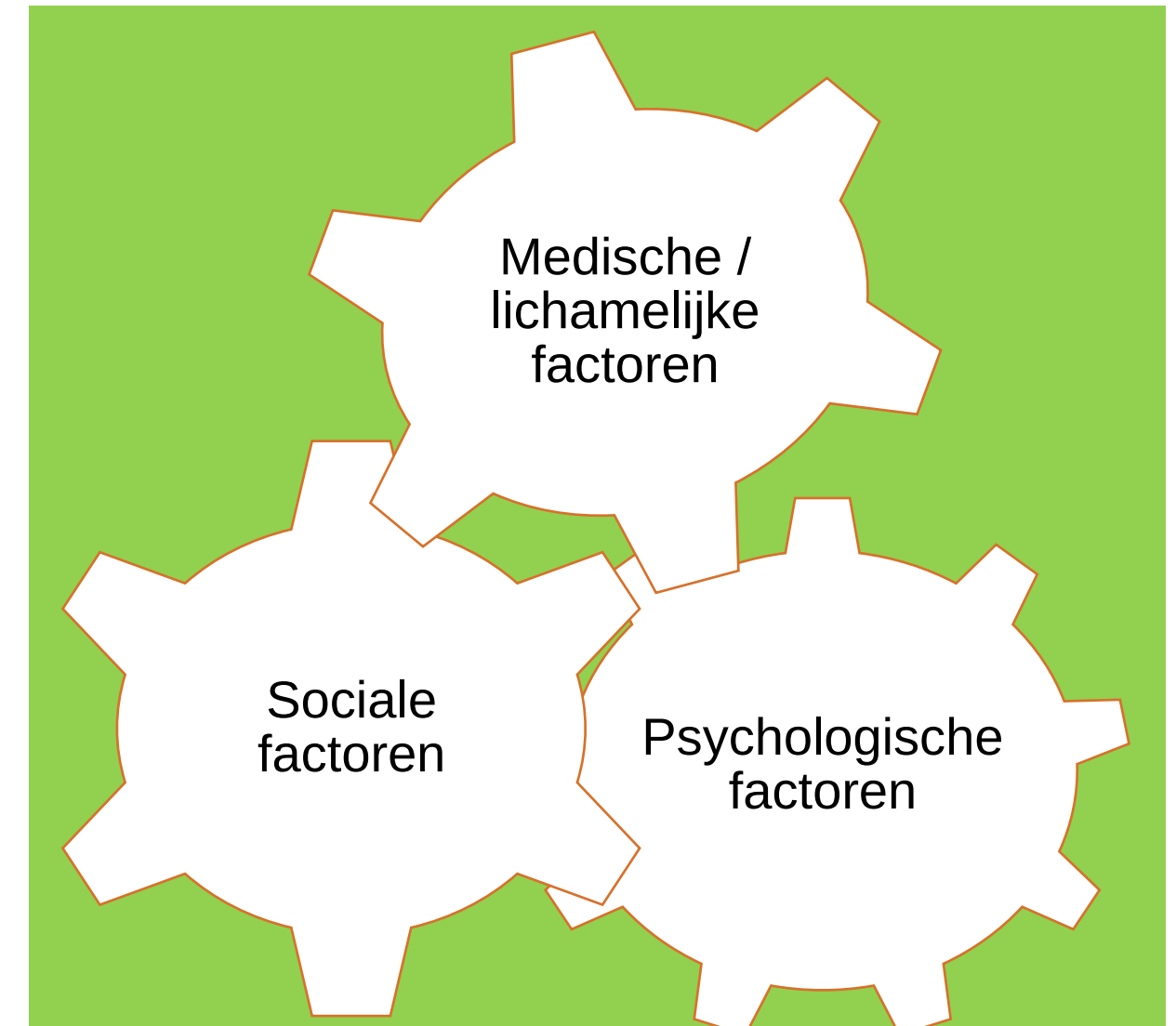
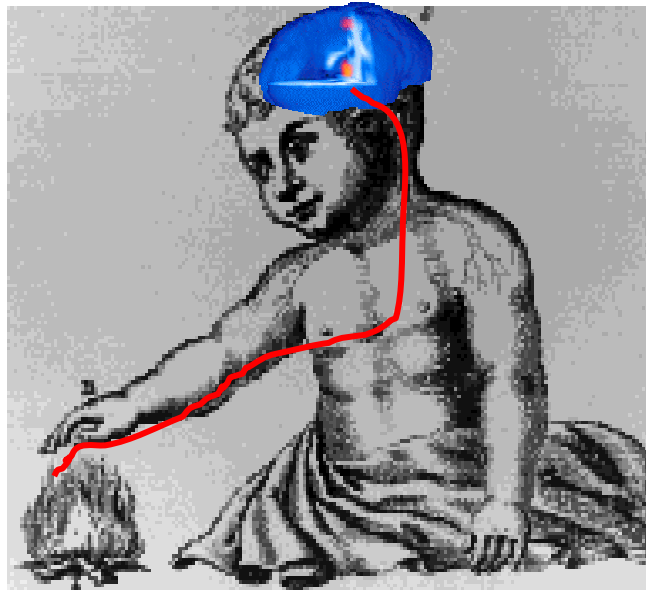


WAT IS PIJN?

- Het lichaam als robot: is pijn louter medisch probleem?



BIO-PSYCHO-SOCIAAL PERSPECTIEF OP PIJN



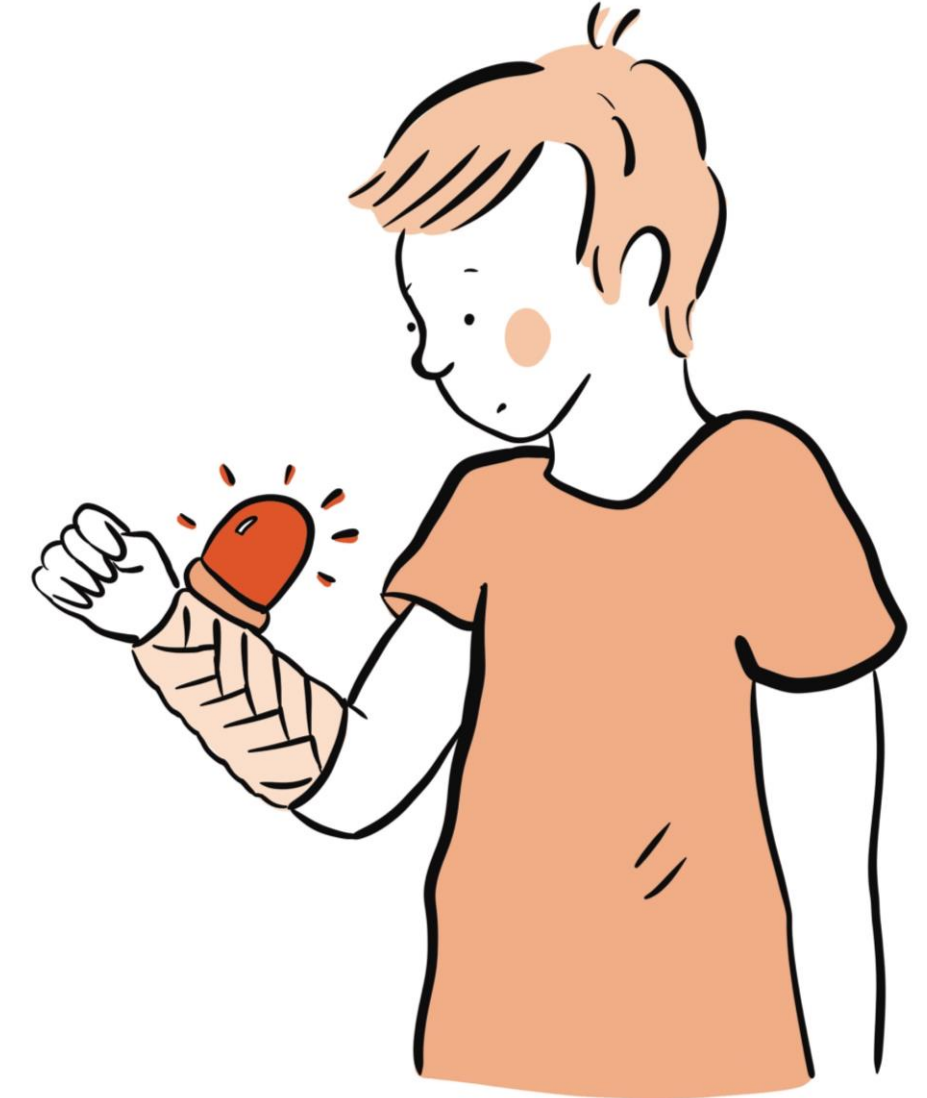
Biomedisch
perspectief



Biopsychosociaal
perspectief

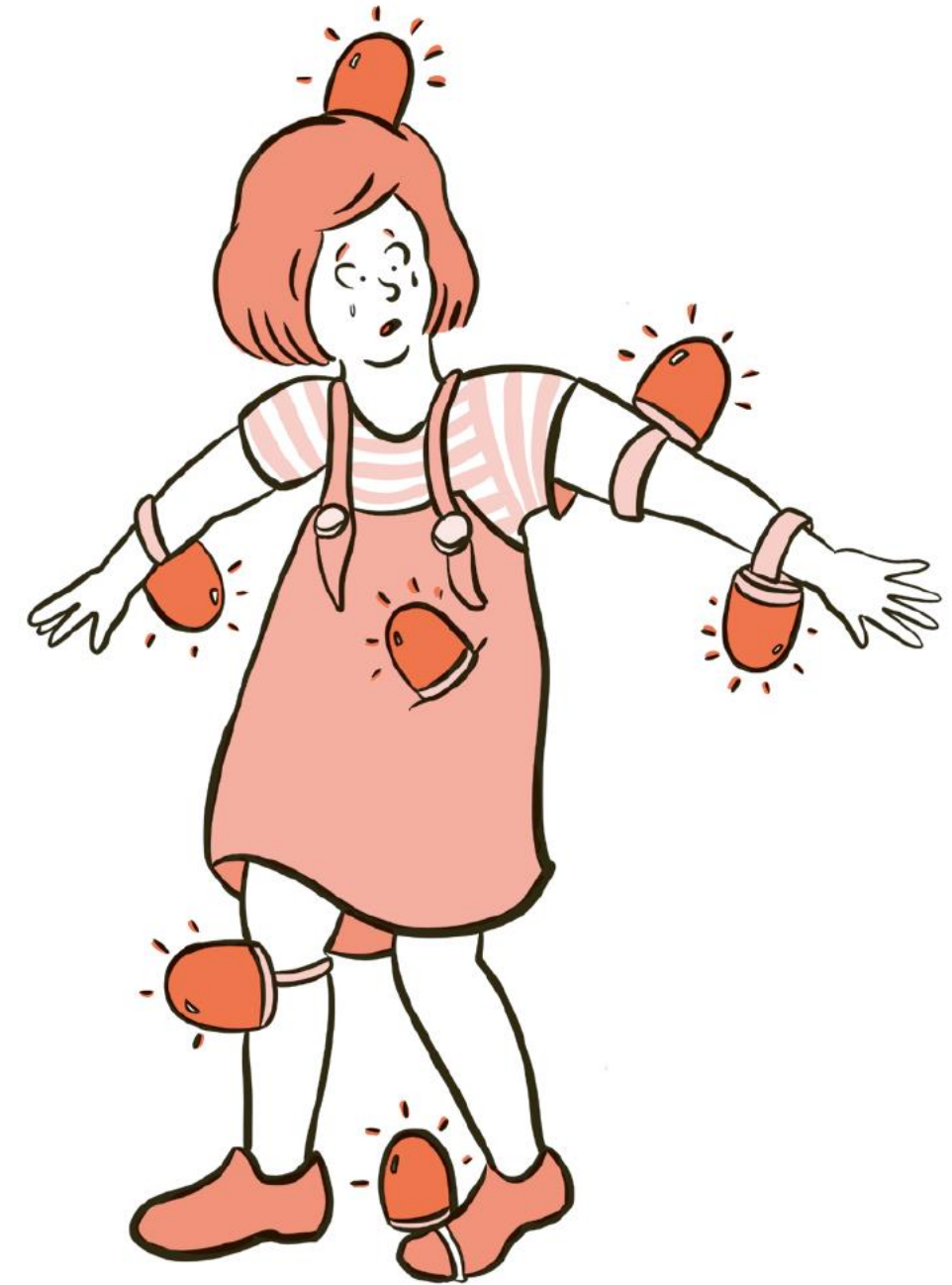
WAT IS CHRONISCHE PIJN?

- Pijn die langer dan drie maanden duurt
- Als acute pijn = adaptief alarmsysteem dat waarschuwt voor gevaar



WAT IS CHRONISCHE PIJN?

- Dan chronische pijn = **defect alarmsysteem**
 - Vaak niet duidelijk wat het alarmsysteem in gang zet (90%: geen specifieke medische oorzaak)
 - Gaat af op willekeurige momenten
 - Gaat vaak af en blijft soms loeien ook al is die pijn al lang niet (meer) nuttig of beschermend
 - Alarmsysteem moeilijk uit te zetten

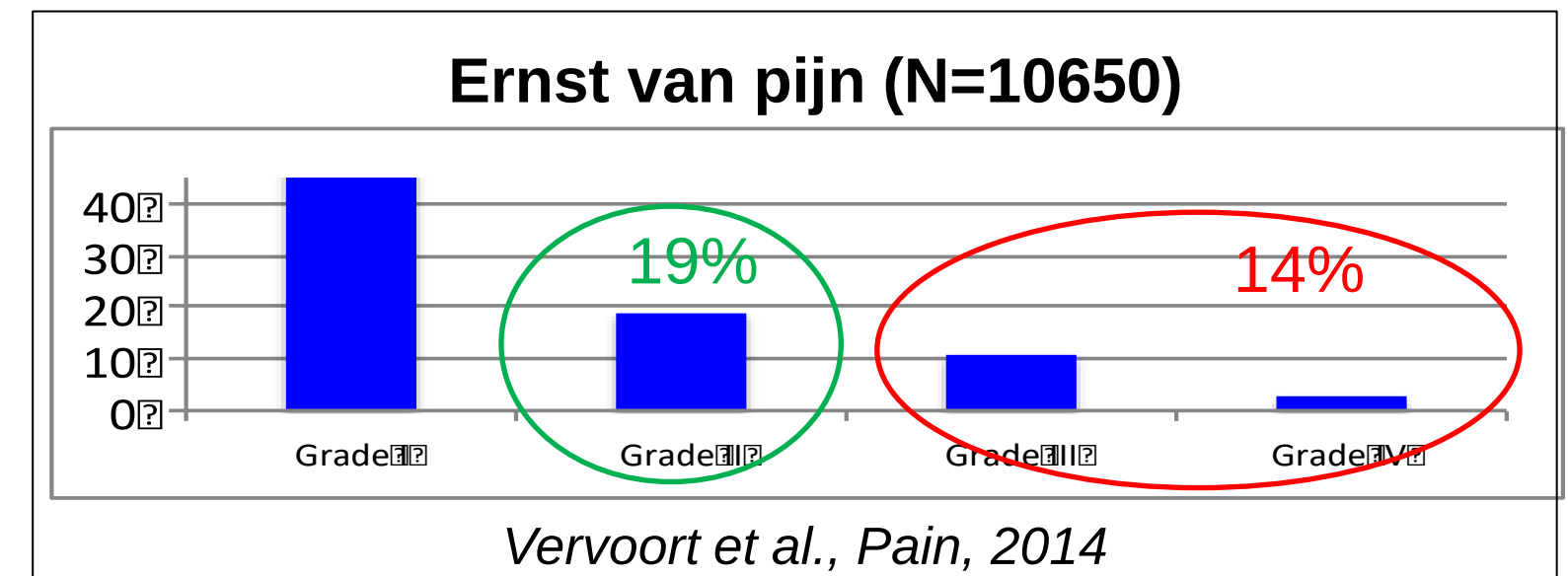


DE IMPACT VAN CHRONISCHE PIJN

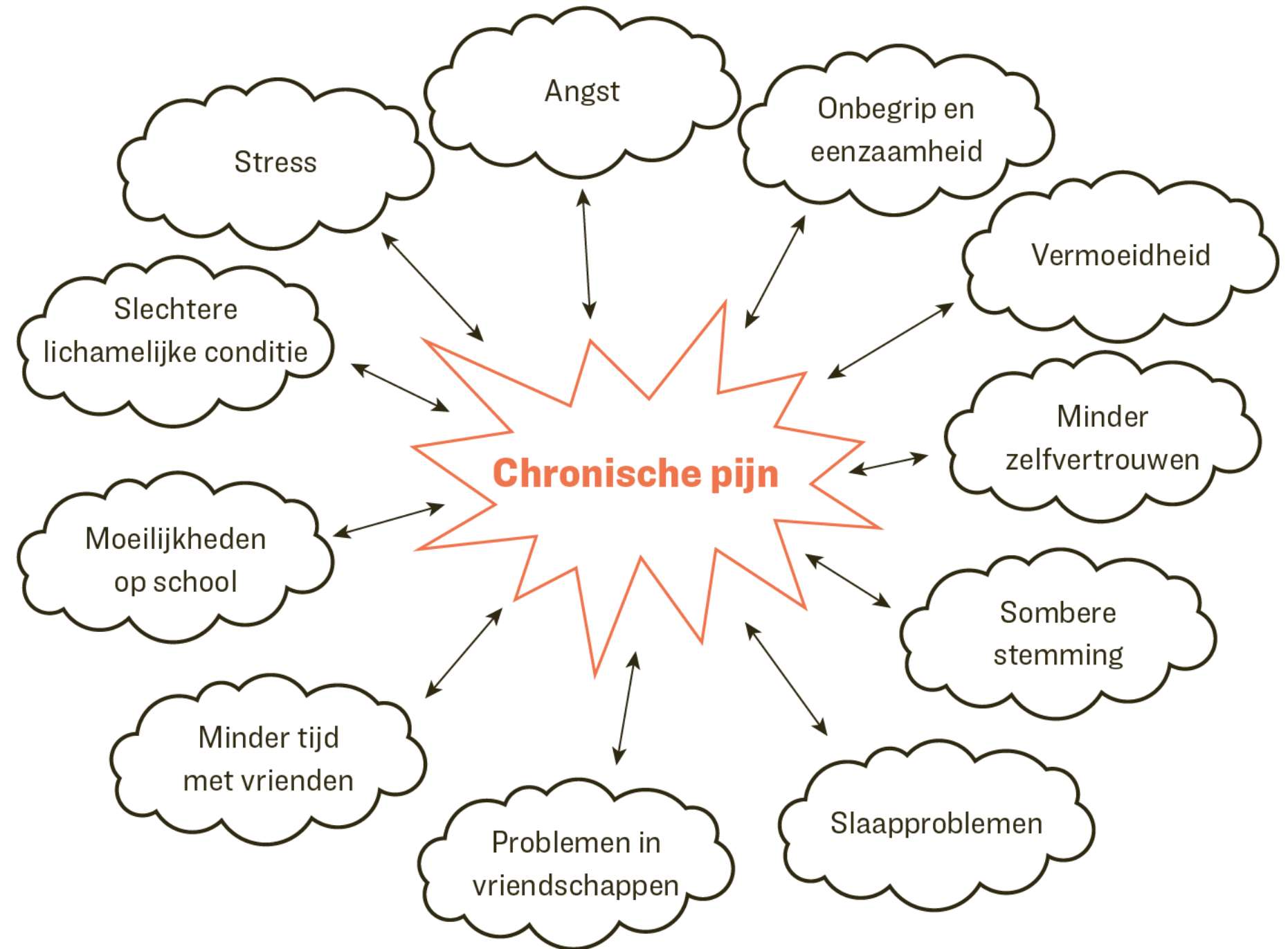
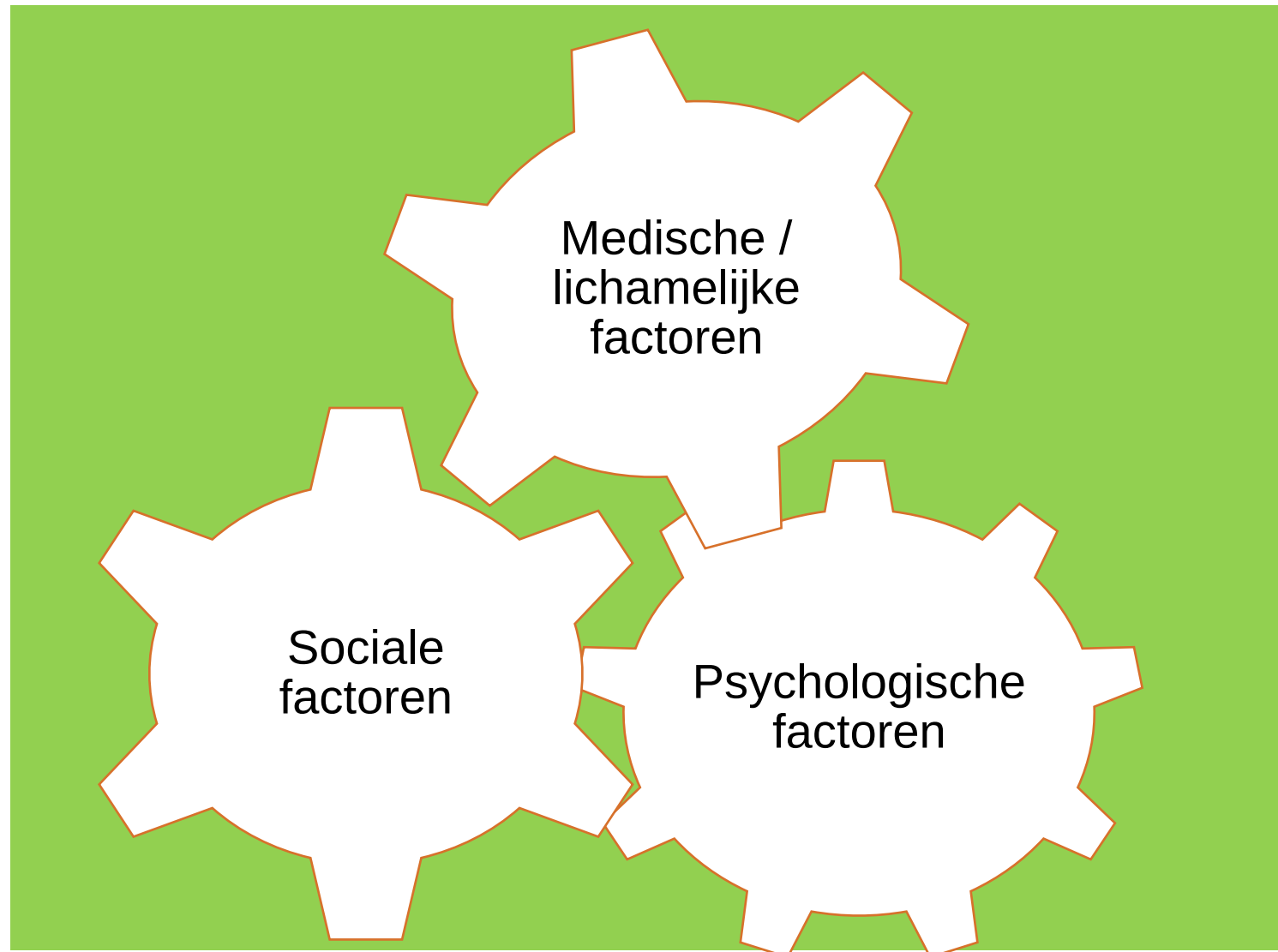
Grootschalige studie bij 10.650 Vlaamse schoolgaande kinderen (Vervoort, Goubert e.a., 2014)

- 19% van de kinderen/jongeren rapporteren hoog intense pijn met **weinig hinder** in het dagelijkse leven in de laatste 6 maanden
- Maar 14% heeft pijn in de laatste 6 maanden die het dagelijks functioneren **matig tot ernstig beperkt**

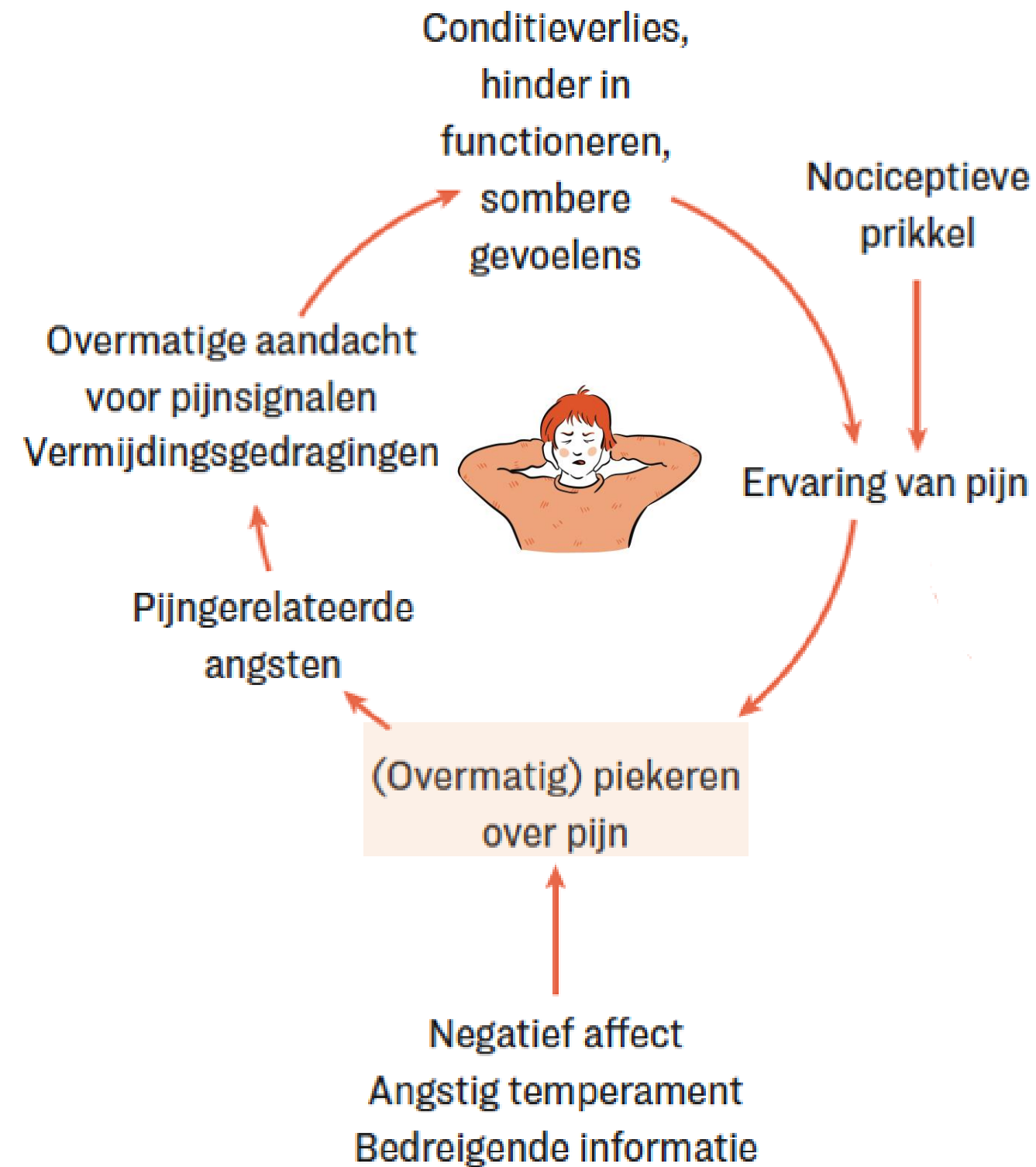
Graad I: lage pijnintensiteit; weinig hinder
Graad II: hoge pijnintensiteit; weinig hinder
Graad III: hoge hinder; matig beperkend
Graad IV: hoge hinder; ernstig beperkend



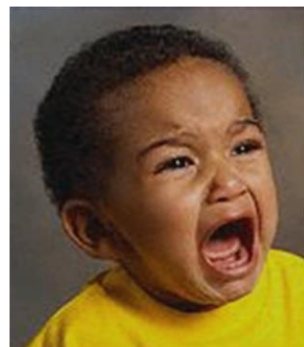
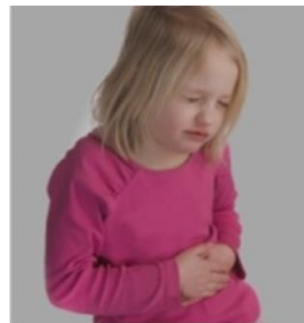
DE IMPACT VAN CHRONISCHE PIJN



VICIEUZE CIRKEL VAN PIJN, PIEKEREN EN VERMIJDING



HOE GAAN OUDERS HIERMEE OM?



Angst/spanning

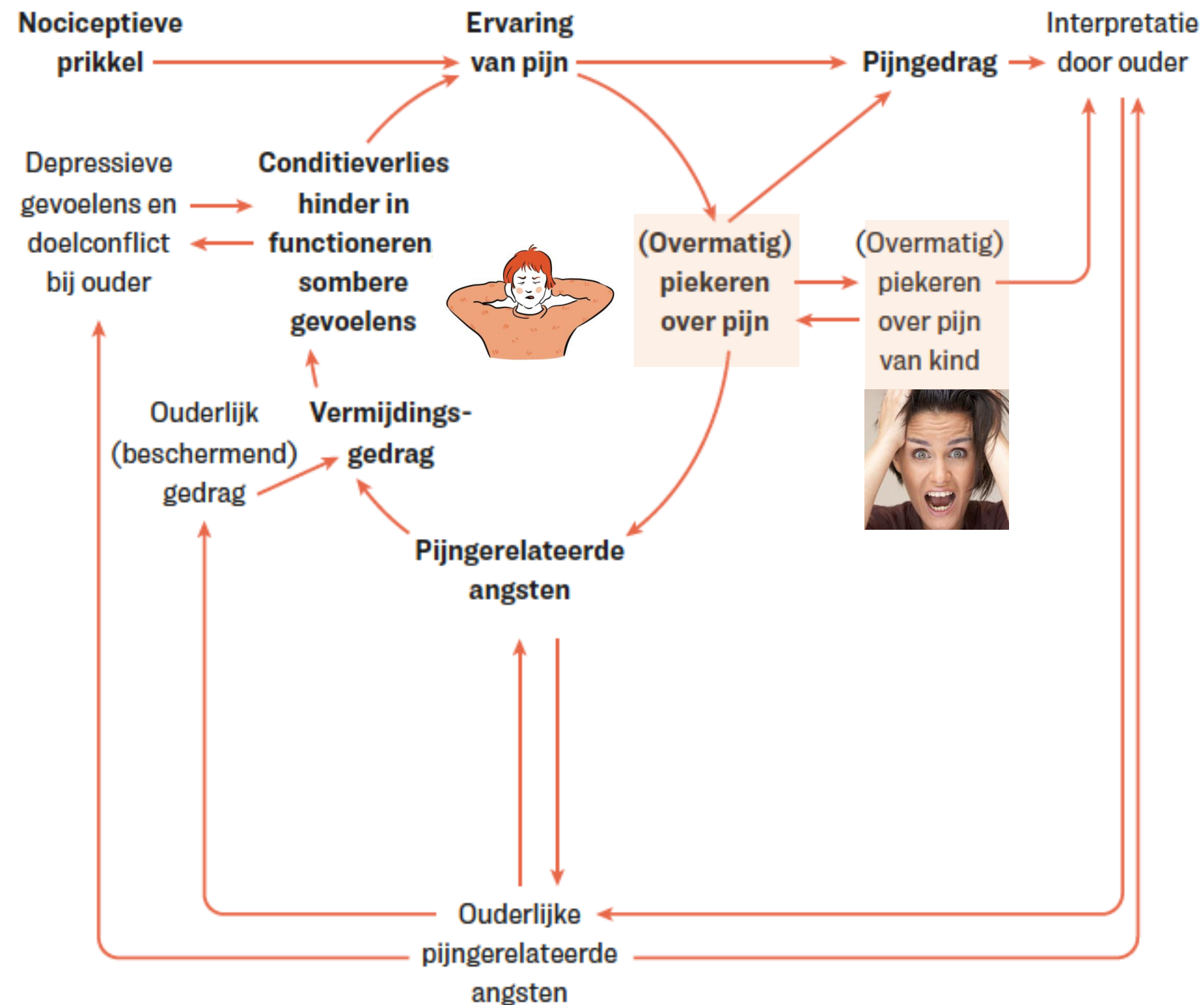


**Motiveert om gedrag te stellen
gericht op het wegnemen en/of
controleren van de pijn
("beschermend gedrag")**



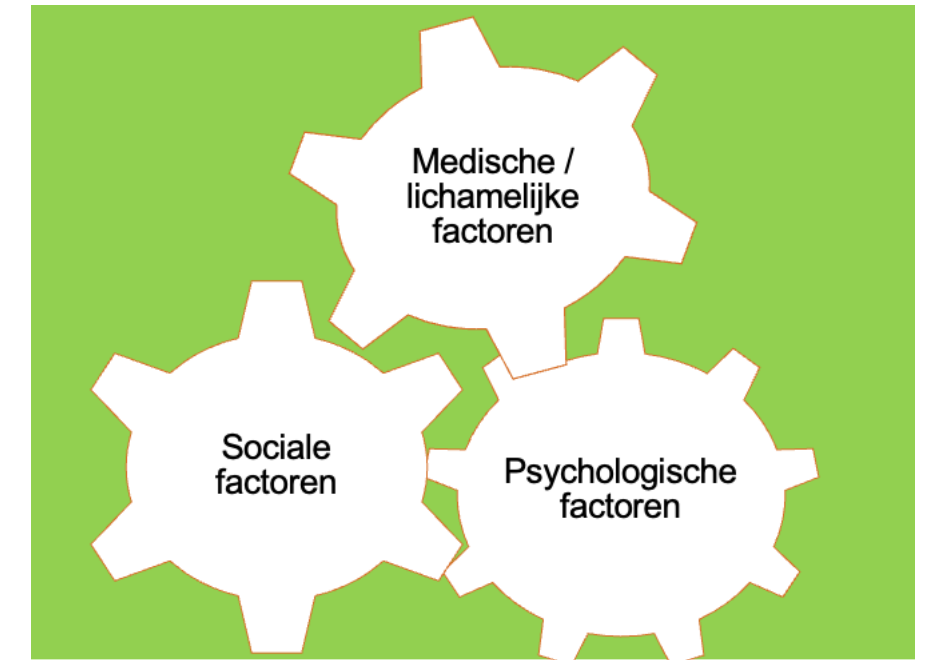
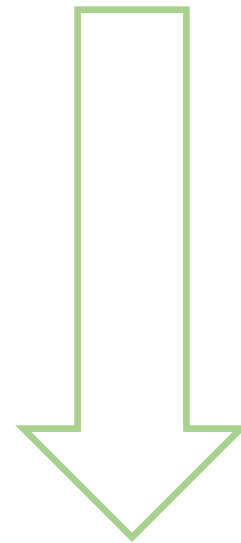
**Evolutionair adaptief, maar kan
ook negatieve effecten hebben**

INTERPERSOONLIJKE VICIEUZE CIRKEL



WAAROM EEN MULTIDISCIPLINAIRE AANPAK?

- Pijn = bio-psycho-sociaal
- Gevolgen van chronische pijn op lichamelijk/medisch, psychologisch en sociaal functioneren



- Vereist een behandeling op deze drie niveaus (multidisciplinair & multimodaal)

DOEL MULTIDISCIPLINAIRE BEHANDELING

Doel = Installeren van een gezonde dagroutine en herstel van het normaal functioneren



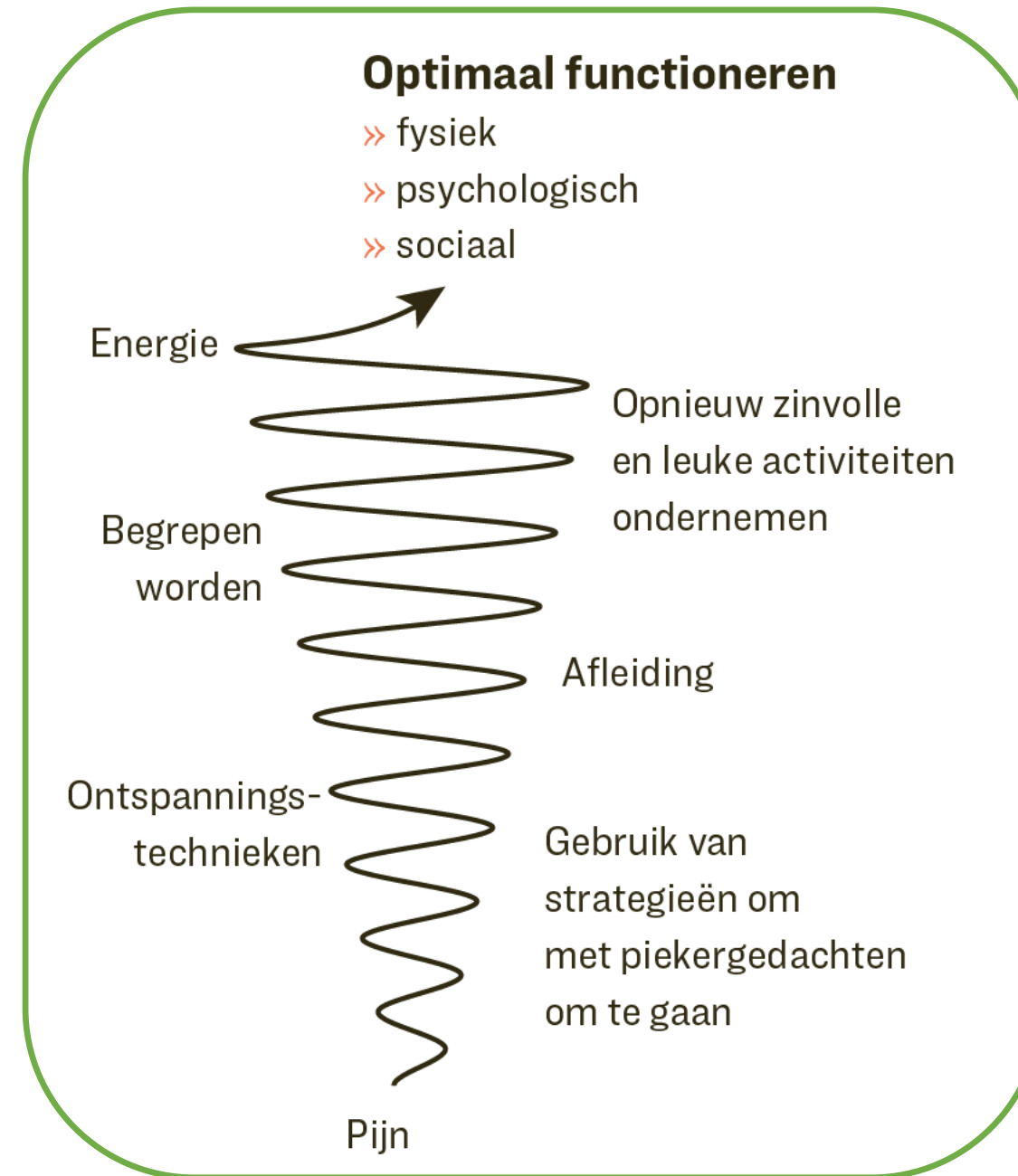
- Sport/beweging
- Slaap
- Sociaal leven
- Schoolaanwezigheid

DOEL MULTIDISCIPLINAIRE BEHANDELING



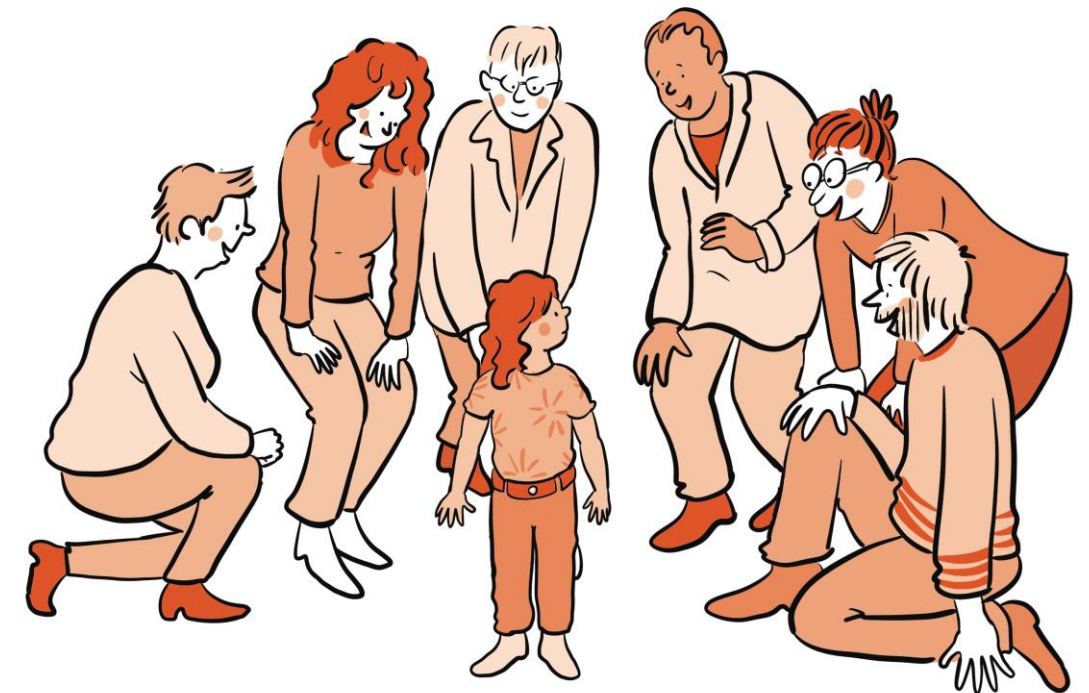
Verminderd functioneren

- » slechtere lichamelijke conditie
- » moeilijkheden op school
- » problemen met vriendschappen
- » toename pijn



A) KENNISMAKING EN SCREENING

- Screening door arts en andere zorgverleners (kinesist / psycholoog)
- Zicht krijgen op functioneren van kind en gevolgen pijn
- Psycho-educatie over chronische pijn
- Opstellen behandelplan



B) AANPAK VAN LICHAMELIJKE GEVOLGEN

- Herstellen van een gezonde levensstijl
- Normaliseren van het dag- en nachtritme
- Opbouwen van de lichamelijke conditie
- Verminderen van de spierspanning
- Pijnmedicatie?

→ *arts, kinesist, psycholoog*

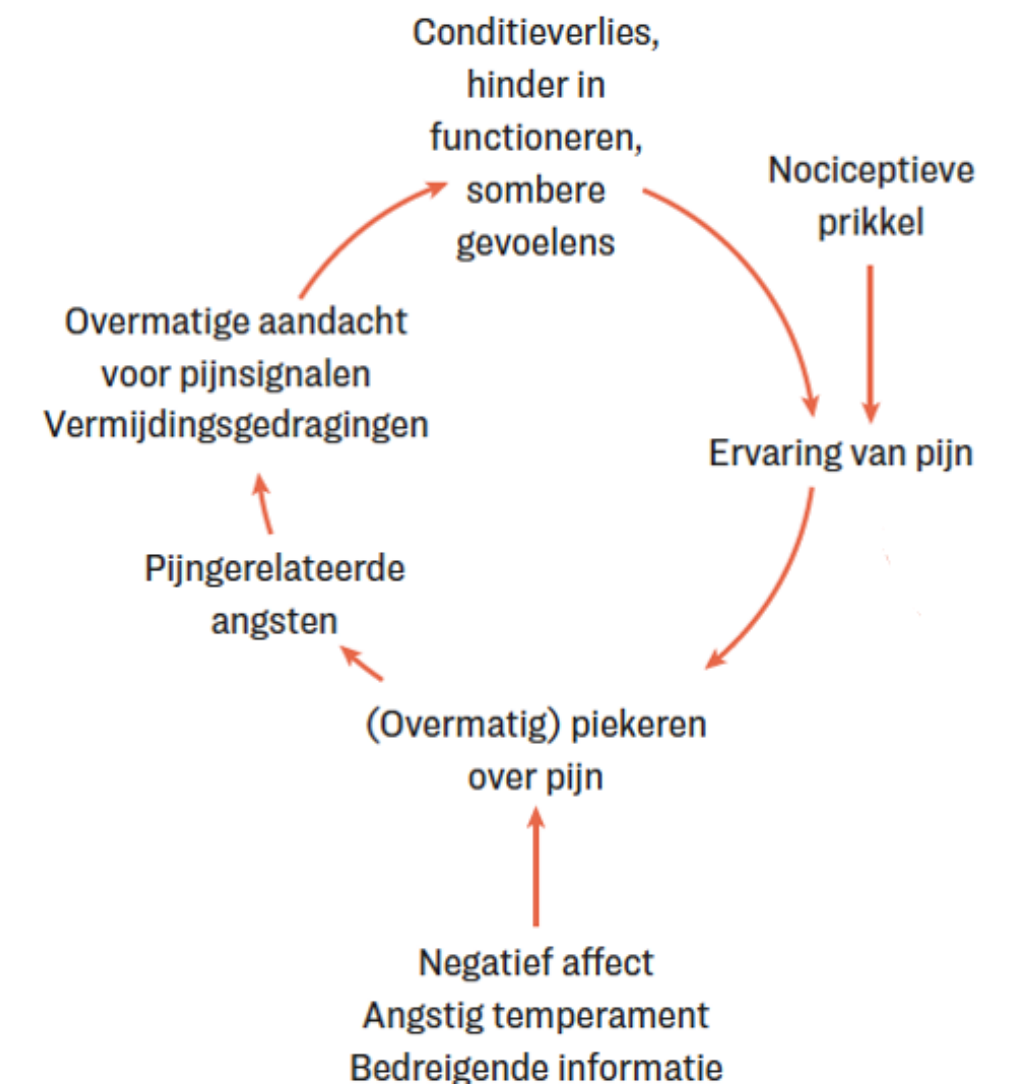


C) AANPAK VAN PSYCHOLOGISCHE GEVOLGEN

- Cognitieve gedragstherapie
- Acceptance and Commitment therapie
- Gedragstherapie
- Relaxatietherapie

→ *psycholoog*

→ *kinesist (relaxatie)*



PAIN® 148 (2010) 387–397

PAIN®

www.elsevier.com/locate/pain

[Intervention Review]

Psychological therapies for the management of chronic and recurrent pain in children and adolescents

Christopher Eccleston¹, Tonya M Palermo², Amanda C de C Williams³, Amy Lewandowski⁴, Stephen Morley⁵, Emma Fisher⁶, Emily Law⁴

Randomized controlled trials of psychological therapies for management of chronic pain in children and adolescents: An updated meta-analytic review

Tonya M. Palermo^{a,*}, Christopher Eccleston^b, Amy S. Lewandowski^a, Amanda C de C. Williams^c, Stephen Morley^d

D) AANPAK VAN SOCIALE GEVOLGEN

- Het belang van de schoolomgeving
- Het belang van de thuisomgeving en de ouders

→ *psycholoog*

→ *school*



BETREK DE OUDERS IN DE BEHANDELING!



EJP
European Journal of Pain

ORIGINAL ARTICLE

A cognitive-behavioral program for parents of children with chronic musculoskeletal pain; A feasibility study

C. Wiertz¹, M. Goossens^{1,2}, E.M. Spek³, J.A. Verbunt^{1,3}

Journal of Pediatric Psychology, 42(4), 2017, 422–433

doi: 10.1093/jpepsy/jsw087

Advance Access Publication Date: 14 October 2016

Original Research Article

A Single-Arm Feasibility Trial of Problem-Solving Skills Training for Parents of Children with Idiopathic Chronic Pain Conditions Receiving Intensive Pain Rehabilitation

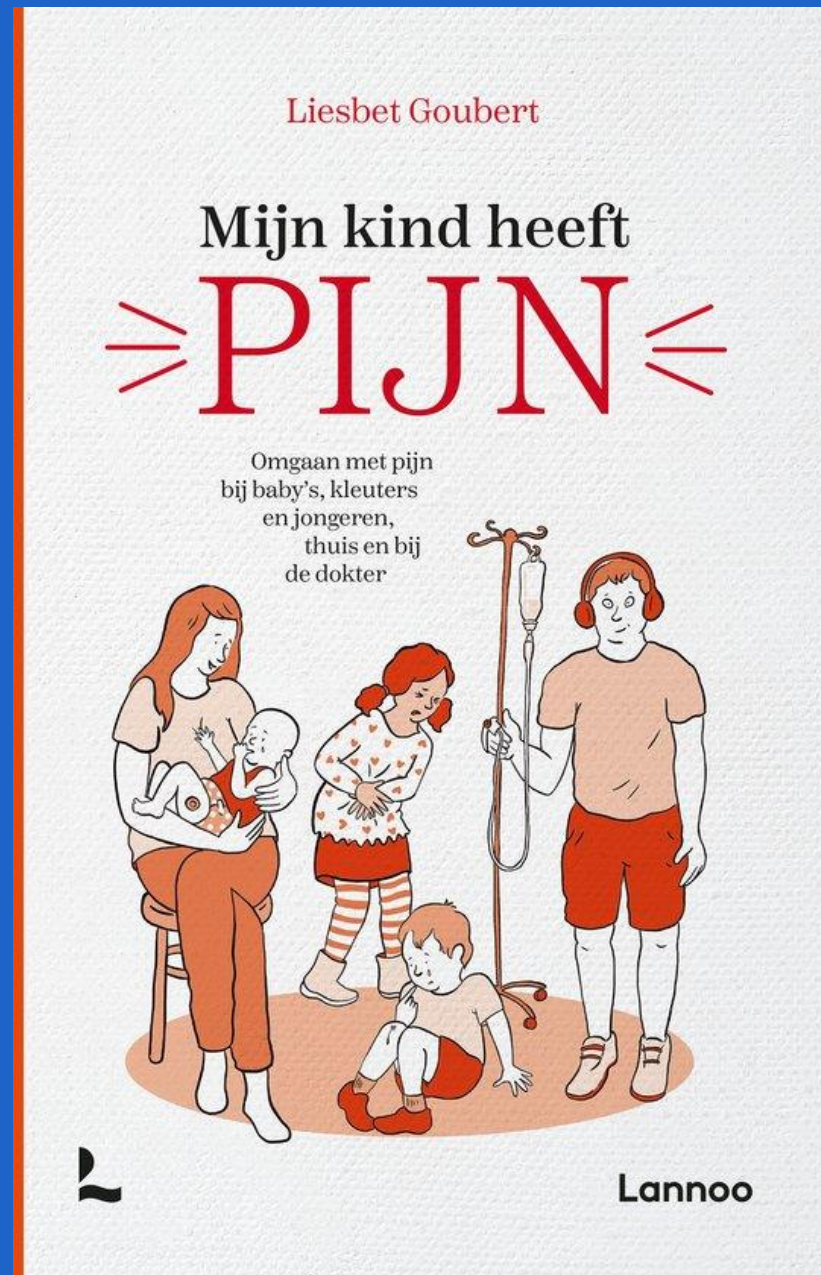
Emily F. Law,^{1,2} PhD, Jessica L. Fales,³ PhD, Sarah E. Beals-Erickson,² PhD, Alessandro Failo,⁴ MS, Deirdre Logan,⁵ PhD, Edin Randall,⁵ PhD, Karen Weiss,⁶ PhD, Lindsay Durkin,² BA, and Tonya M. Palermo,^{1,2} PhD

PAIN

158 (2017) 1992–2000

Longitudinal change in parent and child functioning after internet-delivered cognitive-behavioral therapy for chronic pain

Emily F. Law^{a,b,*}, Emma Fisher^b, Waylon J. Howard^b, Rona Levy^c, Lee Ritterband^d, Tonya M. Palermo^{a,b}

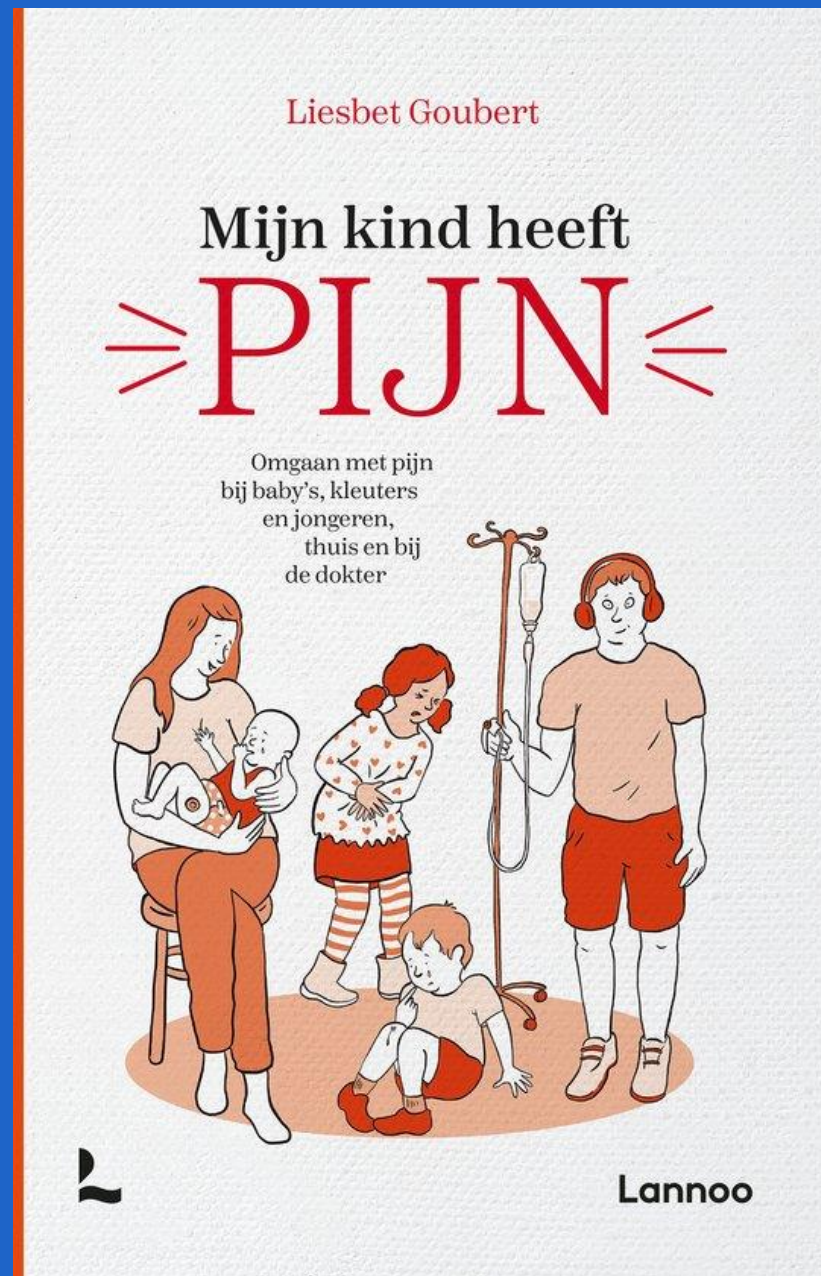


Inhoudsopgave

Voorwoord	7
Inleiding	11
Deel 1. Wat is pijn?	
1 Hoe kunnen we pijn begrijpen?	18
2 Hoe weet je dat je kind pijn heeft?	38
3 Waar komt angst voor pijn vandaan?	48
Deel 2. Hoe verlicht je pijn bij je kind?	
4 Wat kun je doen voor je kind bij de dokter?	64
5 Wat kun je thuis doen wanneer je kind pijn heeft?	92
6 Wat kun je doen bij frequente ziekenhuisbezoeken en pijnlijke ingrepen?	107
7 Wat kun je doen nadat je kind een operatie heeft ondergaan?	124
Deel 3. Wat als de pijn niet overgaat?	
8 Wat is chronische pijn?	136
9 Hoe ontstaat chronische pijn?	143
10 Wat doet chronische pijn met je kind?	159
11 Hoe gaat je kind om met chronische pijn?	176
12 Hoe ga je als ouder om met chronische pijn bij je kind?	189
13 Wat is een multidisciplinaire aanpak van chronische pijn?	216
Nawoord	238
Dankwoord	246
Literatuur	249
Index	257

Lees meer over:

- *Wat is pijn?*
- *Hoe kun je pijn herkennen?*
- *Het ontstaan van chronische pijn*
- *Hoe je chronische pijn kunt uitleggen aan een kind*
- *Nuttige video's*
- *De impact op het gezin en wat ouders kunnen doen*
- *Strategieën om met de pijn om te gaan*
- *Wat een multidisciplinaire behandeling inhoudt*
- *En ook over hoe je pijn en angst kunt verlichten bij medische procedures*



Inhoudsopgave

Voorwoord	7
Inleiding	11
Deel 1. Wat is pijn?	
1 Hoe kunnen we pijn begrijpen?	18
2 Hoe weet je dat je kind pijn heeft?	38
3 Waar komt angst voor pijn vandaan?	48
Deel 2. Hoe verlicht je pijn bij je kind?	
4 Wat kun je doen voor je kind bij de dokter?	64
5 Wat kun je thuis doen wanneer je kind pijn heeft?	92
6 Wat kun je doen bij frequente ziekenhuisbezoeken en pijnlijke ingrepen?	107
7 Wat kun je doen nadat je kind een operatie heeft ondergaan?	124
Deel 3. Wat als de pijn niet overgaat?	
8 Wat is chronische pijn?	136
9 Hoe ontstaat chronische pijn?	143
10 Wat doet chronische pijn met je kind?	159
11 Hoe gaat je kind om met chronische pijn?	176
12 Hoe ga je als ouder om met chronische pijn bij je kind?	189
13 Wat is een multidisciplinaire aanpak van chronische pijn?	216
Nawoord	238
Dankwoord	246
Literatuur	249
Index	257

*Doelpubliek: ouders,
(huis)artsen, verpleegkundigen,
psychologen, kinesisten,
leerkrachten*

Te koop hier tijdens de lunch

*Ook te koop via de boekhandel
of [bol.com](https://www.bol.com)*



Vragen?

Liesbet Goubert, PhD
Universiteit Gent

Liesbet.Goubert@UGent.be

 @LiesbetGoubert

<http://www.ghplab.ugent.be>