

Minder pijn? Dat kan!

Neem gerust [contact](#) met ons op

U ervaart pijn. Als deze pijn langer aanwezig is kan het een eigen leven gaan leiden, met grote gevolgen voor het dagelijkse functioneren. In veel gevallen brengt pijn ook grote onzekerheid met zich mee. U vraagt zich af: hoe moet ik er mee omgaan? Waar doe ik goed aan nu de pijn mijn leven lijkt over te nemen?

Wij behandelen volgens het protocol Chronische Pijn waarin we gebruik maken van diverse behandeltechnieken zoals graded activity, gedragsmatige modellen, pijneducatie en motiverende gespreksvoering.

Tijdens deze behandeling staat niet de pijn, maar de persoon met de klachten centraal. We richten de behandeling op (het hervatten van) activiteiten, in plaats van op stoornis (dus pijn) niveau. Het effect hiervan is dat mensen ondanks de pijn weer deel kunnen nemen aan het sociaal dagelijks leven. Een veelgehoord gevolg daarvan is dat de pijn uiteindelijk zelfs minder hevig ervaren wordt!

[Nicky](#) heeft nascholing in chronische pijn en SlaapSlim gevolgd. [Anna](#) is als bestuurslid betrokken bij de Pijnalliantie in Nederland. [Saskia](#) heeft de opleiding van het Chronisch Pijnnetwerk succesvol afgerond. Zij start in oktober 2017 met de NLP Practioner opleiding en met SlaapSlim.

