



PIJNCENTRUM

Help, ik heb pijn!



rz **tienen**

regionaal ziekenhuis
heilig hart tienen vzw

PIJN BEÏNVLOEDT JE LEVEN

Als mensen last hebben van aanhoudende pijnklachten, gaan ze vaak op zoek naar oorzaken en oplossingen. Pijn is vermoeiend en kan je uitputten.

Aanhoudende pijn kan een invloed hebben op je sociale contacten, je werk, je stemming en je kwaliteit van leven. Je zocht misschien al hulp bij je huisarts, kinesist, specialist en/of pijncentrum.



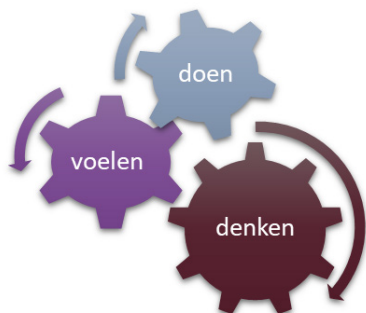
CHRONISCHE PIJN IS COMPLEX

Pijn is complex en de hoeveelheid pijn die je ervaart staat soms niet meer in directe relatie tot de hoeveelheid schade die je lichaam heeft opgelopen.

Zeker als de pijn meerdere maanden aanhoudt, raakt deze niet altijd meer onder controle met medicatie of infiltraties alleen. Vandaar dat in ons pijncentrum verschillende disciplines bereikbaar

zijn om samen met jou te zoeken naar mogelijke andere oplossingen (pijnarts, verpleegkundige, psycholoog).

OMGAAN MET PIJN



Wat we denken, voelen en doen beïnvloedt elkaar. Iedereen heeft zijn eigen strategieën om met pijn om te gaan. Als je veel pijn hebt, ben je misschien geneigd om bepaalde bewegingen of activiteiten te vermijden uit angst voor pijn of schade. Dat kan helpend zijn op korte termijn, maar op lange termijn heeft weinig bewegen geen goede invloed op je lichaam. Je kan je eenzaam voelen of doet nog weinig dingen die je energie geven.

Wil je meer zicht krijgen op jouw pijn? Wil je samen zoeken naar handvaten om hiermee om te gaan? Dan kan je hiervoor terecht bij de pijnpsycholoog.



Tijdens een eerste gesprek kijken we samen naar jouw pijngeschiedenis. Wat heb je al geprobeerd? Welke impact heeft pijn op jouw leven? We zoeken samen naar welke stappen je zou kunnen zetten om meer controle te krijgen over je pijnprobleem. We bekijken of een kort traject bij de psycholoog in ons pijncentrum zinvol is en of we bijkomende hulp kunnen inschakelen buiten het ziekenhuis.

PRAKTISCH

Afspraak maken

Voor een gesprek met de psycholoog kan je een afspraak maken via het secretariaat van het pijncentrum (016 80 93 26) of via de pijnverpleegkundige.

Pijnpsycholoog: Eline Huyghebaert -
klinisch psycholoog (t) 016 80 98 53

Tarieven

Intakegesprek: 50 euro

Vervolgssessies: 45 euro

Opvolggesprek: 30 euro

Verminderd tarief (15 euro) mogelijk onder bepaalde voorwaarden. Voor meer informatie hierover kan je contact opnemen met Eline Huyghebaert.

Gedeeltelijke terugbetaling kan je aanvragen bij je mutualiteit.



Regionaal Ziekenhuis Heilig Hart Tienen

campus mariëndal

t 016 80 90 11 (algemeen nummer)

t 016 80 99 19 (spoedopname)

campus st.-jan

t 016 80 90 11

medisch centrum tienens

t 016 80 95 82

medisch centrum aarschot

t 016 55 17 11

www.rztienen.be