

# Over Het Rughuis

Het Rughuis is een gespecialiseerde GGZ-instelling met meerdere vestigingen. Zij behandelt mensen met een wervelkolomgerelateerde pijnstoornis. Daarbij is sprake van persisterend lijden en/of een significante verstoring van het dagelijkse leven.

Het Rughuis maakt mensen bewust van hun kwetsbaarheden en leert hen hiermee om te gaan met als doel de regie weer in handen te krijgen.

Het Rughuis doet dit door het aanbieden van een ambulant, holistisch, interdisciplinair en intensief behandelprogramma van 5 maanden met een bewezen effectief en duurzaam resultaat.



## Het Rughuis Gelderland

Kerkenbos 1008, 6546 BA Nijmegen

☎ 024 - 204 8500 (ma-vr 08.00-17.30)

[www.hetrughuis.nl/verwijzers](http://www.hetrughuis.nl/verwijzers)



# Verwijshulp bij chronische wervelkolom- gerelateerde pijn



# Verwijshulp

Indicatie voor verwijzing naar Het Rughuis

Patiënt presenteert zich met  
wervelkolomgerelateerde pijn

+

Persisterend  
lijden

en/of

Significante  
verstoring van het  
dagelijkse leven

+

Eén of meer kenmerken uit nevenstaande checklist

↓

Dan is er sprake van een vermoeden op een  
**wervelkolomgerelateerde  
somatisch-symptoomstoornis**

en komt uw patiënt in aanmerking voor  
een behandeling bij Het Rughuis.

## Heeft u vragen?

Bel of mail gerust met onze regiebehandelaar voor een advies of terugbelverzoek of meld uw patiënt aan bij Het Rughuis voor een intake. Het resultaat van de intake wordt altijd met u besproken en voorzien van een behandeladvies op maat.

**Het Rughuis Gelderland**  
Kerkenbos 1008, 6546 BA Nijmegen

☎ **024 - 204 8500** (ma-vr 08.00-17.30)

Verwijzen kan via Zorgdomein of via onze website:

**hetrughuis.nl/verwijzers**

## Checklist



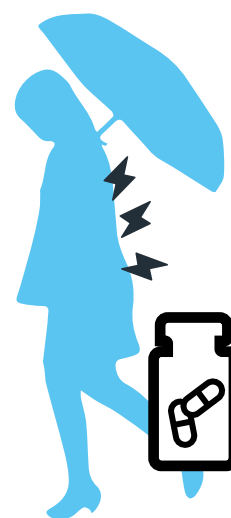
### Denken

- **Preoccupatie met pijn**
  - excessief monitoren lichaams-/pijnsignalen
  - dagindeling aanpassen op pijnklachten
  - piekeren over oorzaak
  - piekeren over 'oplossing'
- **Angstgedachten**
  - over pijn / schade
  - over toekomst
- **Ontkennen / Negeren**
  - van lichaamssignalen / pijn
  - van fysieke grenzen
  - van beperkingen



### Voelen

- **Somber / depressief door de pijn en bijkomende beperkingen**
- **Frustratie / boosheid over**
  - het lichaam
  - beperkingen
  - de oorzaak van de pijn (bijv. ongeluk)
  - onbegrip van derden over de klachten
- **Gespannen / angstig**
  - voor fysieke schade
  - voor de toekomst
  - voor verslechtering



### Doen

- **Vermijding van bepaalde activiteiten / bewegingen (vanuit angst)**
- **Pijngedrag / aangepast beweegpatroon**
- **Pijnmedicatie (veelvuldig of overmatig gebruik)**
- **(Structurele) overbelasting**
  - in dagelijks leven
  - op het werk
  - in zorg voor anderen
- **Onderbelasting door**
  - inactiviteit
  - toegenomen passiviteit in dagelijks leven
  - verlies van conditie