

## NHG-Standaard mei 2013

### Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten

Breda, juni 2013

Aan de huisarts in de regio, geachte heer/mevrouw,

In de recente richtlijn van mei 2013 voor de behandeling van mensen met SOLK wordt de begeleiding door de Psychosomatische Fysiotherapeut verschillende keren genoemd.

De Psychosomatische Fysiotherapeut (PSF) is sinds jaren bekend met de behandeling van SOLK, stress-gerelateerde klachten, angst en depressie.

Naar aanleiding van deze richtlijn voor de begeleiding en het gunstig beïnvloeden van mensen met SOLK willen wij u er op wijzen, dat er in UW REGIO geregistreerde Psychosomatische Fysiotherapeuten zijn, die na de basis opleiding Fysiotherapie een 3-jarige post-HBO opleiding en/of een Master Psychosomatiek hebben afgerond. De ziektekostenverzekeraars hebben de Psychosomatische Fysiotherapie inmiddels erkend als een specialisme binnen de Fysiotherapie en belonen dat met een ander tarief.

De PSF denkt bio-psycho-sociaal, is gewend met het SCEGS model te werken en kent de gedragstherapeutische interventies voor de fysiotherapeut. De PSF is op de hoogte van de meest recente ontwikkelingen in de neurobiologie t.a.v. pijn, centrale sensitatie en het overactieve stress-systeem. De PSF is in staat om psycho-educatie en pijneducatie in begrijpbare termen aan de patiënt uit te leggen. Daarnaast gebruikt de PSF lichaamsgerichte interventies, waardoor de patiënt op een andere manier met zijn klachten leert omgaan. Indien geïndiceerd werkt de PSF graag samen met de POHGGZ, Eerste Lijns Psycholoog en Maatschappelijk Werk.

Op de bijgevoegde lijst ziet U de Psychosomatische Fysiotherapeuten bij U in de omgeving.

U kunt ons ook vinden op: [www.psychosomatische-fysiotherapeuten.nl](http://www.psychosomatische-fysiotherapeuten.nl)

Voor verdere informatie wijs ik u op: [www.kngf-nfp.nl](http://www.kngf-nfp.nl)

Met vriendelijke groet,

namens de regio Psychosomatische Fysiotherapeuten Noord Brabant,

Veronique van Voorthuysen der Kinderen

## **Behandeldoelen van de psychosomatische fysiotherapeut kunnen zijn:**

- 1 Inzicht in het ontstaan van de klachten vergroten.
- 2 Het leren accepteren van de beperkingen.
- 3 Inzicht in de factoren die de klachten negatief beïnvloeden.
- 4 Inzicht in de in stand houdende factoren en de functie van de klacht.
- 5 Aanleren van een zo ontspannen mogelijke manier van ademen.
- 6 Evenwicht brengen in spanning en ontspanning.
- 7 Inzicht geven in de verbinding tussen lichaam, psyche en de omgeving.
- 8 Leren ontspannen.
- 9 Aanleren van de juiste en meer ontspannen manier van houding en bewegen.
- 10 Het leren bewust te worden van de gezonde lichaamssignalen.
- 11 Keuzes leren maken met het gebruik van gezonde lichaamssignalen.
- 12 Opvoeren van de belastbaarheid, opheffen van bewegingsangst.
- 13 Verbeteren van communicatie d.m.v. communicatieve vaardigheden.
- 14 Stimuleren van het accepteren van een veranderde levensstijl.
- 15 Vasthouden en/ of uitbreiden van het bereikte niveau.
- 16 Terugvalpreventie.

**Hoofddoel: Een verbetering van de kwaliteit van leven.**