Behandeling

Revalidatieprogramma chronische pijn / aanhoudende pijnklachten

Als u al langere tijd pijn heeft, kunt u deelnemen aan het revalidatieprogramma voor aanhoudende pijnklachten.

Dit programma heeft als doel om de pijn en de gevolgen van de langdurige pijnklachten te verminderen. Zo proberen we uw kwaliteit van leven te verbeteren.

Om deel te nemen heeft u een verwijzing nodig van uw huisarts. Daarna ontvangt u een uitnodiging om u aan te melden. Belangrijk is dat u eerst onderstaande video en presentaties bekijkt, om te beoordelen of het programma bij u past. Leest u ook de praktische informatie.

Hoe verloopt het revalidatieprogramma?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over het revalidatieprogramma.

Video

Bekijk de video

Bekijk de video op de website (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/).

Bekijk hier de video met ondertitels (https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&amp%3Bv=qoEm_YBp-70).

Presentaties

Bekijk de presentaties

Wat is pijn? Hoe werkt het pijnsysteem? En hoe kan ons revalidatieprogramma u helpen? Bekijk onderstaande presentaties.

Pijn beter begrijpen - deel 1 (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2019-10/tolbrug-chronische-pijn-revalidatieprogramma-deel-1.pdf)

De invloed van pijn op uw leven - deel 2 (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2019-10/tolbrug-chronische-pijn-revalidatieprogramma-deel-2.pdf)

Onze aanpak van chronische pijn - deel 3 (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2019-10/tolbrug-chronische-pijn-revalidatieprogramma-deel-3.pdf)

Praktische informatie

Waar moet u aan denken?

De intake

Als u zich aanmeldt voor het revalidatieprogramma aanhoudende pijnklachten, krijgt u een uitnodiging voor een afspraak bij de revalidatiearts. Daarna nodigen we u uit voor een screening bij de psycholoog. Denkt u dat medisch gezien nog niet alles is uitgezocht? Dan raden wij u aan dit eerst te doen vóór u zich aanmeldt.

Na de intake met de revalidatiearts en psycholoog volgt een startdag. Dit is een dag waar u gezien wordt door een psychomotorisch therapeut, fysiotherapeut, maatschappelijk werker en ergotherapeut. Op de startdag wordt ook uw partner of naaste uitgenodigd bij het gesprek met maatschappelijk werk. Aan het eind van de startdag vindt samen met u een teambespreking plaats. Hierin bespreken we hoe uw behandeling eruit gaat zien.

Past het revalidatieprogramma bij u?

We vinden het belangrijk om goed samen te kijken naar uw klachten en de juiste behandeling. In iedere fase kan besloten worden dat ons traject toch niet goed past bij uw klachten of dat het niet het juiste moment is. Als het revalidatieprogramma aanhoudende pijnklachten niet aansluit bij uw situatie, bekijken we welke behandeling binnen of buiten revalidatiecentrum Tolbrug wel aansluit.

Groepsprogramma

Het revalidatieprogramma vindt plaats in groepsverband. Bij hoge uitzondering is een individueel programma mogelijk. Het groepsprogramma duurt 10 weken en vindt plaats op maandag, woensdag en vrijdag. De tijden zijn (ongeveer) van 08.30 tot 12.15 uur, of van 12.45 tot 16.30 uur.

Tijd en ruimte

Het programma is intensief. U moet rekening houden met een tijdsinvestering van 20 uur in de week inclusief thuisopdrachten. Het is belangrijk dat u tijd en ruimte heeft of kunt maken voor het volgen van dit programma. Dit kan bijvoorbeeld betekenen dat u tijdelijk uw werkzaamheden moet aanpassen. Ook kunnen er omstandigheden zijn waardoor het programma te zwaar is. Denk bijvoorbeeld aan een scheiding of ernstige ziekte van uw naaste. De behandelaren zullen deze afweging samen met u maken.

Rol van uw naaste

Tijdens de 1e bijeenkomst in week 1 en een bijeenkomst in week 6 tijdens de behandeling is uw naaste welkom. Dit kan bijvoorbeeld uw partner, een vriend(in) of een familielid zijn.

Nazorg

Als nazorg vindt na 3 maanden een poliklinische controleafspraak bij de revalidatiearts plaats en een terugkombijeenkomst.

Veelgestelde vragen

Vragen en antwoorden

Heeft u na het lezen en bekijken van deze informatie nog vragen? Kijk dan bij onze veelgestelde vragen

(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/veelgestelde-vragen-over-het-revalidatieprogramma-chronische-pijn).

Praktische tips

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Betrokken afdelingen

Revalidatiegeneeskunde (Tolbrug) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/tolbrug-revalidatiegeneeskunde)

Meer informatie

Veelgestelde vragen
(https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/tolbrug-revalidatiegeneeskunde/veelgestelde-vragen-over-het-revalidatieprogramma-aanhoudende-pijnklachten)
Wilt u meer weten over chronische pijn en over het revalidatieprogramma? Bekijk onze veelgestelde vragen!

Code REV-122

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis