

*Sepsis Lotgenotendag 2022*

# **Aanhoudende Lichamelijke Klachten & het Gevolgenmodel**



*Lineke Tak, psychiater*

*Dorien Poelarends, psychomotorisch therapeut*

[www.dimence.nl/alk](http://www.dimence.nl/alk)

*Dimence*

Specialistisch Centrum  
Aanhoudende Lichamelijke Klachten



# Wat zijn Aanhoudende Lichamelijke Klachten (ALK)?



Bijvoorbeeld:

- Vermoeidheid
- Pijnklachten
- Buikklachten
- Oorsuizen
- Cognitieve problemen



# Syndromen met ALK:

Atypische aangezichtspijn

Burn out

Chronisch vermoeidheid syndroom

Dyspepsie

Environmental intolerance

Fibromyalgie

Globus syndroom

Hyperventilatie syndroom

Irritable bowel syndrome

Joint related pain

KISS syndrome

Lage rugpijn

Multiple chemische hypersensitiviteit

Noncardiale pijn op de borst

Orofaciaal pijnsyndroom

Post-sepsis syndroom/  
Post-acute corona syndrome

Q-like fever

Reactieve hypoglycemie

Sick building syndrome

Temporomandibulaire dysfunctie

Urologic chronic pelvic pain syndromes

Vaccinatie syndroom

Whiplash syndroom

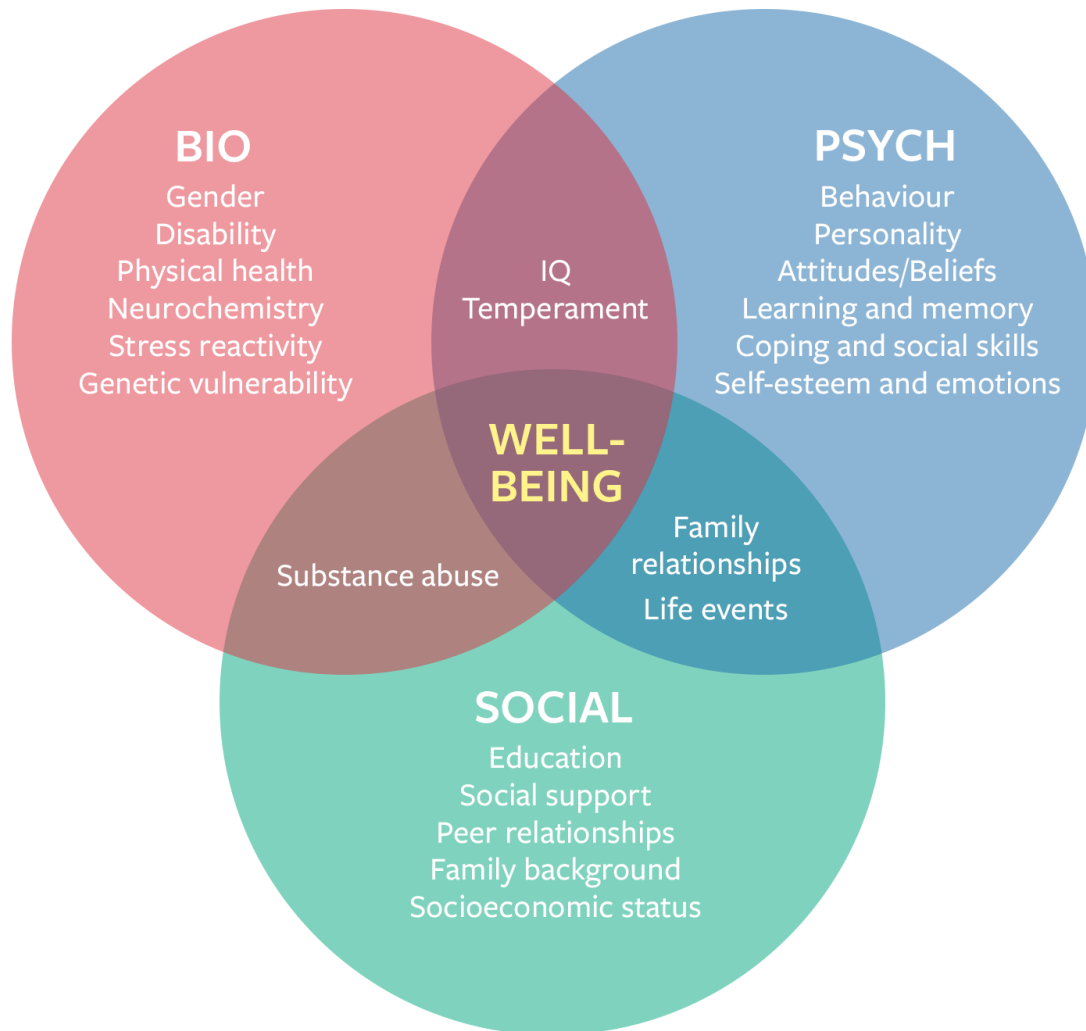
X

Y

Zwangerschapsgerelateerde bekkeninstabiliteit

# Hoe ontstaan ALK?

*(Biopsychosociaal model)*



# One size fits ~~all~~ nobody

> 100

mogelijke factoren om  
ALK te verklaren

Vertrouw dus nooit een  
te eenzijdige verklaring

(bijv. *'het is allemaal  
psychisch'* of *'ontregeld  
immuunsysteem'*, etc)



# Zijn patiënten met ALK lastig?

## Of zijn artsen lastig voor patiënten met ALK?

*“Op mijn vakgebied is er niets te vinden”*

*“Ik kan u geruststellen, er is niets met u aan de hand”*

*“Het is stress”*

*“U moet er maar mee leren leven”*

*“De klachten zitten tussen uw oren”*

**Wie in de zaal heeft aanhoudende  
lichamelijke klachten?**





# ALK: meest voorkomende 'diagnose' in de geneeskunde

Table 2  
Prevalence of medically unexplained symptoms by clinic and gender (N=550)

	Male		Female		Total	
	Subjects with MUS (total)	Percent cases of MUS (95% CI)	Subjects with MUS (total)	Percent cases of MUS (95% CI)	Subjects with MUS (total)	Percent cases of MUS (95% CI)
Dental	8 (16)	50 (25–75)	18 (55)	33 (21–45)	26 (71)	37 (25–48)
Chest	7 (27)	26 (9–43)	17 (32)	53 (35–70)	24 (59)	41 (28–53)
Rheumatology	9 (29)	31 (14–48)	32 (62)	52 (39–64)	41 (91)	45 (35–55)
Cardiology	18 (43)	42 (27–57)	31 (49)	63 (50–77)	49 (92)	53 (43–63)
Gastroenterology	10 (20)	50 (28–72)	20 (32)	63 (46–80)	30 (52)	58 (44–71)
Neurology	21 (38)	55 (39–71)	43 (65)	66 (55–78)	64 (103)	62 (52–72)
Gynecology	–	–	54 (82)	66 (56–76)	54 (82)	66 (56–76)
Total	73 (173)	42 (35–50)	215 (377)	57 (52–62)	288 (550)	52 (48–57)

*Nimnuan e.a. Medically unexplained symptoms: an epidemiological study in seven specialities. J Psychosom Res 2001*

# Huidige rationale ALK-behandeling: gevolgenmodel



ALK als verstoord herstelproces

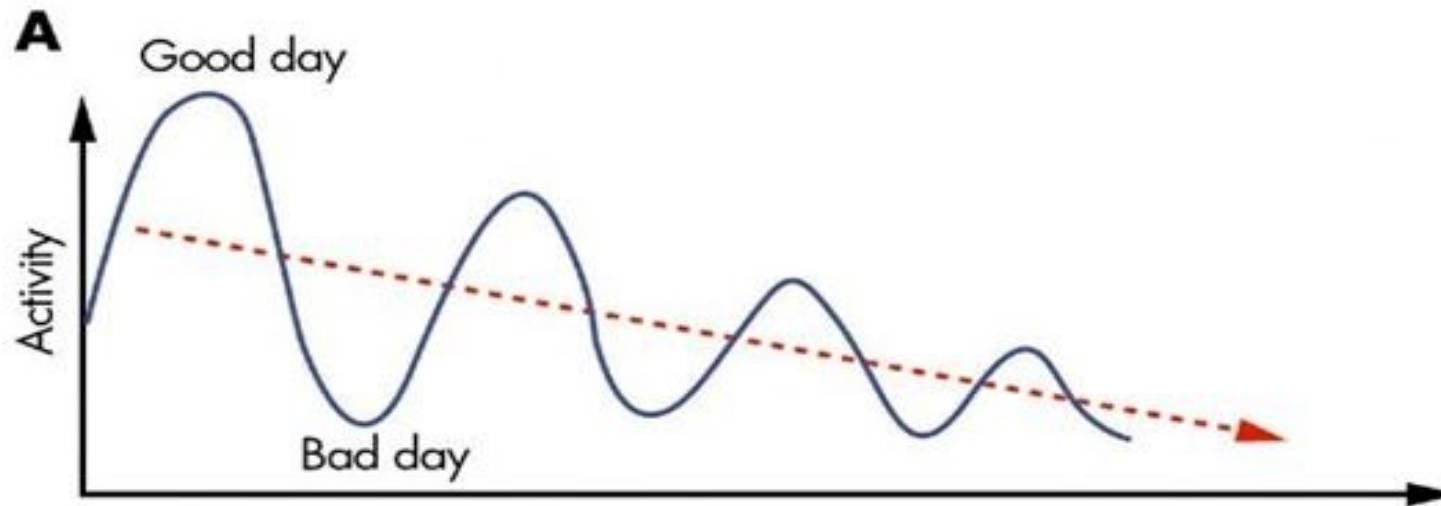
Individuele set van biopsychosociale factoren die aanhouden van klachten verklaren



Doorbreken van (logische) **gevolgen** van de lichamelijke klachten - die hebben geleid tot een negatieve vicieuze cirkel - om de omstandigheden voor herstel te optimaliseren

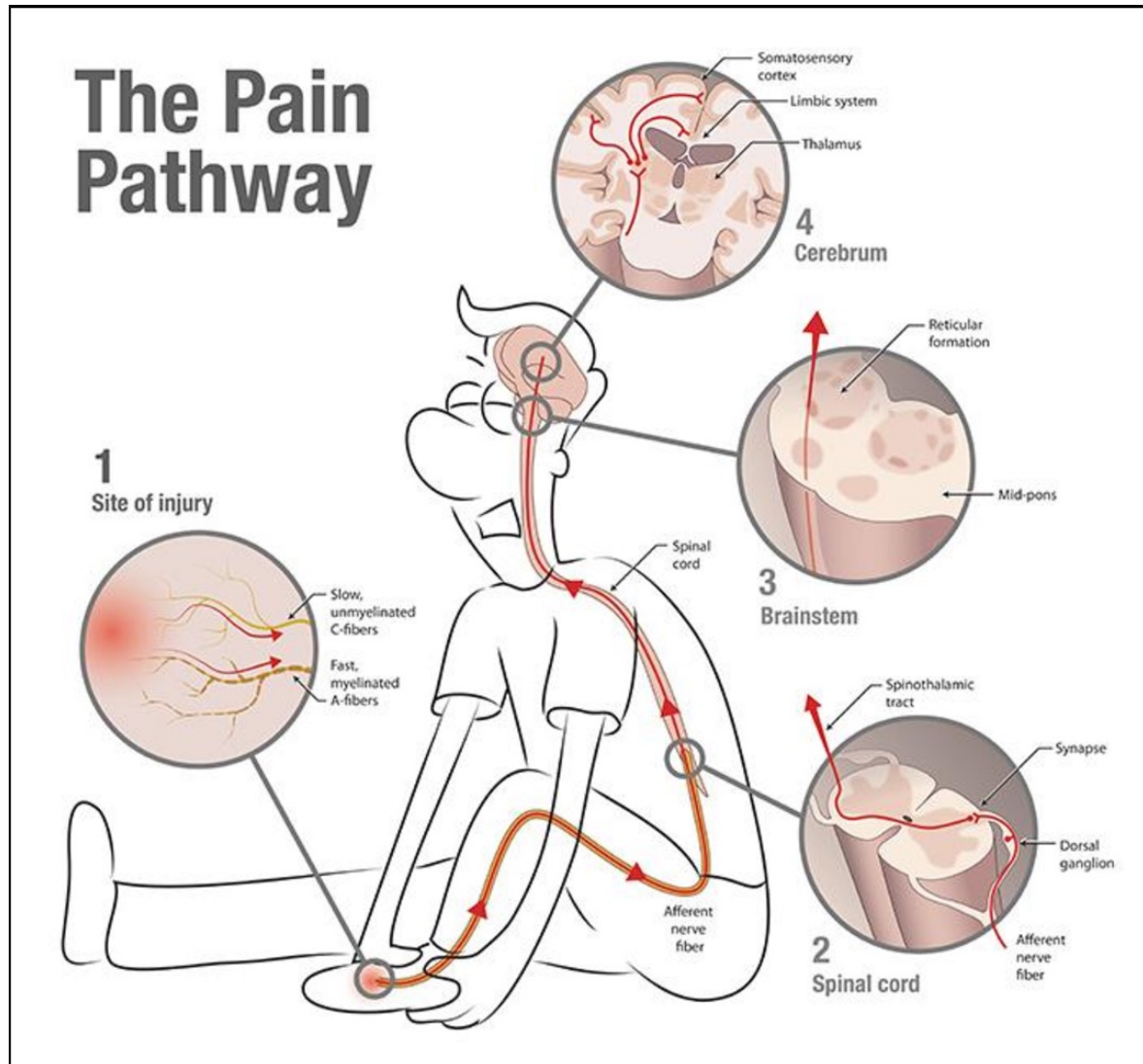
*Voorbeeld gevolg*

# Piek-dal belasting



# Voorbeeld gevolg

## Centrale sensitisatie



*Voorbeeld gevolg*

# **Frustratie**

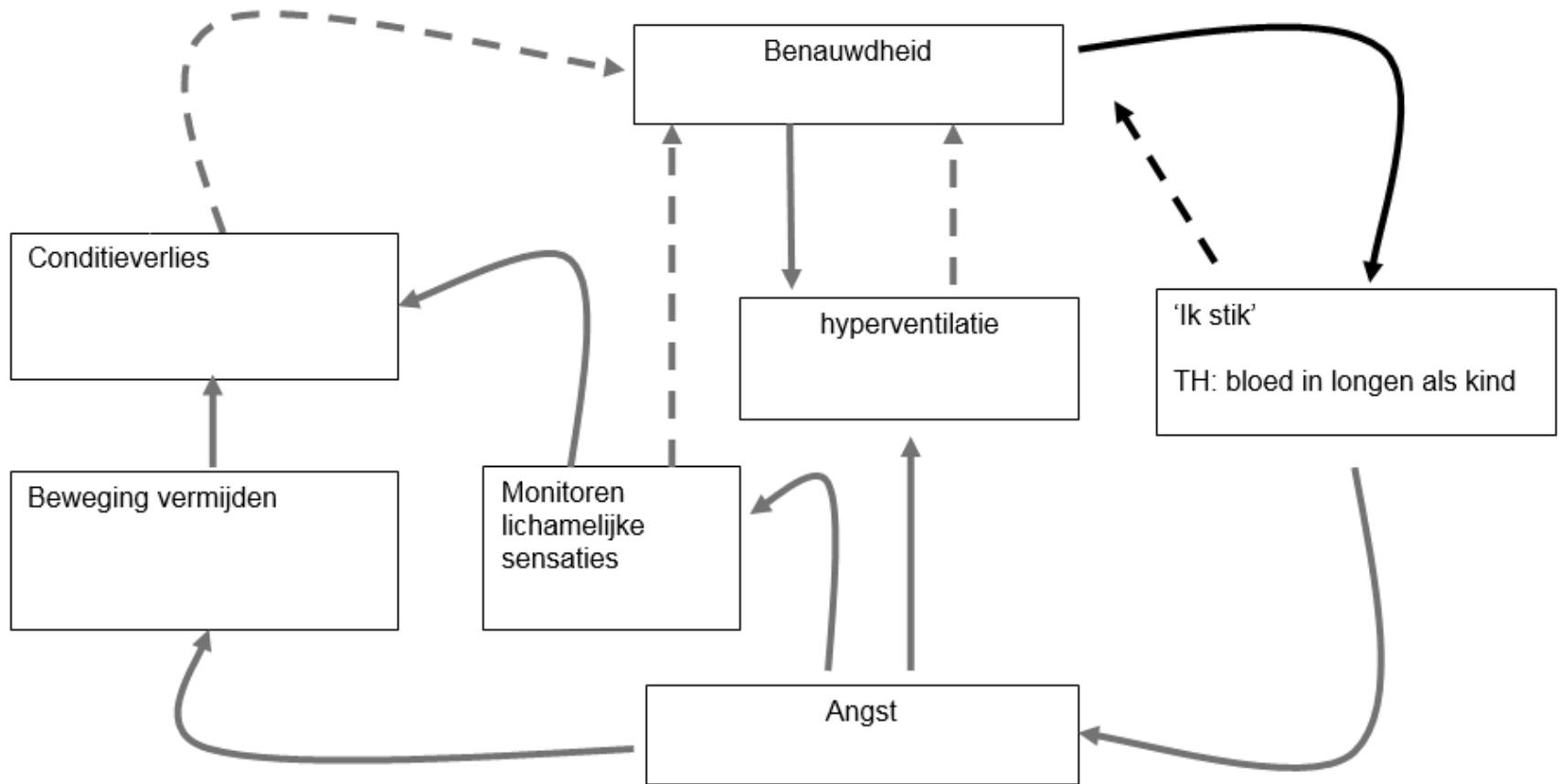


*Voorbeeld gevolg*

# **Bewegingsangst / inactiviteit**



# Voorbeeld van vicieuze cirkel







# Behandelinterventies ALK (evidence-based)

Cognitieve  
gedragstherapie

(Psychosomatische)  
oefen- of  
fysiotherapie

Psychodynamische  
psychotherapie

Lichaamgerichte  
Mentalisatie  
Bevorderende  
Therapie

Hypnotherapie

Acceptance and  
commitment  
therapy

EMDR of imaginaire  
exposure

(Medicatie)

**Psychomotorische  
therapie**

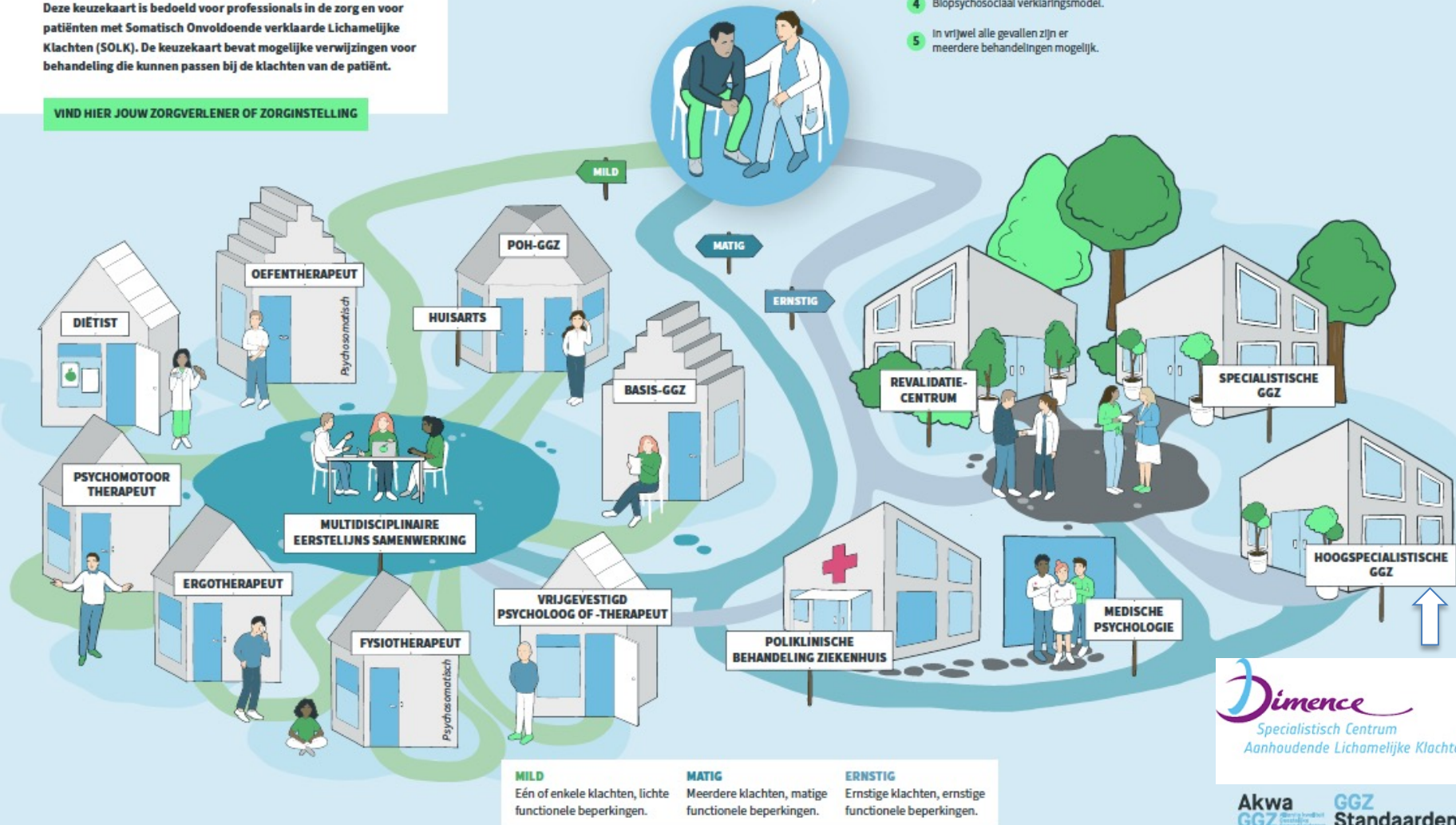
# Behandel mogelijkheden voor patiënten met SOLK

Deze keuzekaart is bedoeld voor professionals in de zorg en voor patiënten met Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK). De keuzekaart bevat mogelijke verwijzingen voor behandeling die kunnen passen bij de klachten van de patiënt.

VIND HIER JOUW ZORGVERLENER OF ZORGINSTELLING

Belangrijke te bespreken punten tussen patiënt en professional:

- 1 Klachten zijn daadwerkelijk aanwezig.
- 2 Geen bekende lichamelijke oorzaak betekent niet automatisch dat de klachten psychisch zijn.
- 3 Lichaam en geest zijn één geheel.
- 4 Biopsychosociaal verklaringsmodel.
- 5 In vrijwel alle gevallen zijn er meerdere behandelingen mogelijk.



**MILD**  
Eén of enkele klachten, lichte functionele beperkingen.

**MATIG**  
Meerdere klachten, matige functionele beperkingen.

**ERNSTIG**  
Ernstige klachten, ernstige functionele beperkingen.

*Dimence*  
Specialistisch Centrum  
Aanhoudende Lichamelijke Klachten

Akwa GGZ GGZ Standaarden

# Zorgkaart op [www.nalk.info](http://www.nalk.info)

## NALK = landelijk Netwerk ALK

[Aanbod](#)[Kenniscentrum](#)[Over ons](#)[Agenda](#)[Nieuws](#)[Contact](#)[Login](#)[Zorgkaart](#)

## Vind jouw professional of zorginstelling!

*Uitleg over hoe de zorgkaart werkt en hoe deze tot stand is gekomen, lees je onderaan deze pagina.*

### Adres



### Volledige naam

### KM afstand

### NALK Lid

### Type behandeling

### Type klachten

# Oefening

## Psychomotorische therapie (PMT)



# Vragen / discussie?



Meer info:

[www.nalk.info](http://www.nalk.info)

[www.dimence.nl/alk](http://www.dimence.nl/alk)

