

# **Opname bij medicijnafhankelijke hoofdpijn**

## **Inleiding**

Samen met uw neuroloog heeft u besloten tot opname in verband met medicatieafhankelijke hoofdpijn. Deze opname vindt plaats op afdeling neurologie (A3).

In deze folder vindt u informatie over de opname, welke hulpverleners betrokken zijn bij uw behandeling en het verloop van uw behandeling.

## **Opname**

Bij de afdeling opname heeft u zich laten registreren voor opname. U wordt opgenomen voor een periode van 14 dagen, tenzij de neuroloog andere afspraken met u heeft gemaakt.

De dag van opname meldt u zich op de afgesproken tijd bij de afdeling Neurologie (A3). Meestal is dit om 11.15 uur. U wordt opgevangen door een verpleegkundige, die een opnamegesprek met u voert, u wegwijs maakt op de afdeling en u informeert over de gang van zaken op de afdeling.

U wordt opgenomen op een 2 of 4 persoonskamer (afhankelijk van beschikbaarheid).

U kunt iets meenemen ter ontspanning, bijvoorbeeld een boek, tijdschrift, handwerk of muziek.

## Behandelteam

Tijdens uw opname wordt u, naast de neuroloog als hoofdbehandelaar, door de volgende hulpverleners begeleid:

- **(Hoofdpijn)verpleegkundige.** Hij/zij coördineert de zorg, geeft advies en informatie en komt regelmatig bij u langs voor een gesprek.
- **Fysiotherapeut.** Hij/zij geeft ondersteunende adviezen, zoals ontspanningsoefeningen, houdingsadviezen en opbouw van fysieke activiteiten.
- **Medisch psycholoog.** Hij/zij voert, op indicatie, psychologisch onderzoek uit om na te gaan in hoeverre uw levensstijl van invloed is op uw klachten. Indien gewenst voert hij/zij ook ondersteunende gesprekken met u om de opnameperiode zo goed mogelijk door te komen.

## Uitgangspunten tijdens opname

Voor het welslagen van de behandeling is het van belang dat u tijdens uw opname:

- Resoluut stopt met medicatie en/of cafeïnegebruik.
- Bij het optreden van pijnstillerafhankelijke hoofdpijn wordt begeleid en ondersteund.

Het doel van de behandeling is:

- Meer grip op of inzicht krijgen in uw eigen hoofdpijn;
- Minder afhankelijk worden van medicijnen;
- Alternatieve technieken toepassen om met hoofdpijn om te gaan.

## Behandeling

Om een zo goed mogelijk beeld te krijgen van uw hoofdpijn, wordt bij opname alle pijnmedicatie gestopt. Ook cafeïnehoudende dranken worden in principe niet verstrekt, omdat ze een relatie met chronische hoofdpijn kunnen hebben.

Als u last krijgt van misselijkheid of braken (dit zijn ontwenningverschijnselen), dan kunt u daar eventueel wat tegen krijgen. De hoofdpijn wordt conservatief benaderd met een koud washandje, warmtepakking, rust, etc.

Tijdens de opname kunt u buiten de therapietijden om en afhankelijk van hoe u zich voelt, vrij door het ziekenhuis of daarbuiten lopen. Geef wel aan de verpleging door wanneer u even van de afdeling weggaat.

Tijdens de opname houdt u een hoofdpijnkalender bij.

Er zijn tijdens uw behandeling **vijf fases** te onderscheiden, die elkaar kunnen overlappen.

### ***De intake***

Kennismaking, opnamegesprek, informatievertrekking.

### ***Hoofdpijnfase of ontwenningfase***

Analyse van de hoofdpijn en pijngedrag optredens door het stoppen van de pijnmedicatie en cafeïne, ontwenningverschijnselen. Ondersteuning, begeleiding en behandeling.

### ***Opbouwfase***

Lichamelijk herstel en fysiotherapie.

Gesprekken met de psycholoog. Eventueel eerste opzet individuele medicamenteuze behandeling volgens strikte richtlijnen.

### ***Ontslagfase***

Ontslaggesprek en poliklinisch vervolgtraject uitstippelen.

### ***Nazorgfase***

Afspraken maken met de neuroloog / hoofdpijnverpleegkundige en eventuele begeleiding door een fysiotherapeut en psycholoog binnen of buiten het ziekenhuis.

## Vragen

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u contact opnemen met de hoofdpijnverpleegkundige van het Laurentius Ziekenhuis, telefoonnummer 06 - 521 690 14. Ze is bereikbaar op:

- maandag van 13.30 tot 15.00 uur,
- woensdag van 10.30 tot 12.00 uur.