

Somatisch
Onvoldoende
verklaarde
Lichamelijke
Klachten (SOLK)
Klinische
behandeling
Jongeren

Laat zien wat je kunt

Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK)

Door chronische pijn of vermoeidheid kun je ernstig belemmerd worden in het uitvoeren van je gewone dagelijkse activiteiten. Omdat deze pijn of vermoeidheid invloed heeft op alle gebieden van je leven, kom je al snel in een negatieve spiraal terecht. Het is lastig om daar zelf weer uit te komen. Binnen Revalidatie Friesland, op de afdeling jongeren te Beetsterzwaag, is een speciaal programma ontwikkeld voor jongeren met deze klachten.

Doel van de behandeling

Doel van de behandeling is het weer kunnen deelnemen aan voor jou belangrijke activiteiten zoals: naar school gaan, lopen, fietsen, sporten, werken en leuke dingen doen.

De behandeling is vrijwel nooit gericht op het genezen van de klachten. Je persoonlijke doelen worden door de behandelaars heel concreet afgesproken met jou en je ouders.

De klachten verdwijnen meestal in de loop van de behandeling geleidelijk aan naar de achtergrond.

Werkwijze

Je wordt samen met een groep jongeren met soortgelijke klachten gedurende maximaal 12 weken opgenomen op de jongerenkliniek van het revalidatiecentrum. Als groep heb je steun aan elkaar en doe je veel samen. Daarnaast heb je ook individuele therapie.

Vormen van therapie die je krijgt zijn:

- fysiotherapie
- paardrijden
- zwemmen
- sport- en spelgroep
- groepsgesprekken
- ergotherapie
- individuele gesprekken met de psycholoog en de verpleegkundige
- gezinsgesprekken
- muziektherapie

Zo nodig heb je contact met de revalidatiearts (of de revalidatiearts in opleiding)

Kortom, op allerlei manieren ga je actief aan de slag.

Je werkt niet alleen aan bijvoorbeeld je conditie en spierkracht, maar je leert ook welke gedachten je kunnen helpen om weer zo goed mogelijk te functioneren. Je ouders en eventuele broers of zussen worden ook bij de behandeling betrokken. Veranderen doe je met elkaar en gezinsleden kunnen jou helpen om je doelen te realiseren.

Voor ouders is er daarom aan het begin van de behandeling een voorlichtingsbijeenkomst, waarin informatie gegeven wordt over de behandeling en ouders ervaringen kunnen uitwisselen.

In de loop van de behandeling wordt er een meeloopdag gepland, waarin je ouders (en eventueel je broers en zussen) met de diverse behandelaars kunnen spreken en jou bezig kunnen zien tijdens de therapie. Ook jij hebt, samen met andere jongeren, maar apart van je ouders, een informatiebijeenkomst.

Je gaat alle weekenden naar huis om ook thuis met opdrachten te kunnen oefenen.

Opbouw

De eerste weken heb je overdag rustmomenten, die geleidelijk aan opgebouwd worden. De meeste therapieën vinden dan nog tijdens schooltijd plaats.

Naarmate je verder komt in de behandeling wordt het programma intensiever en wordt er meer buiten schooltijd geoefend.

De eerste 4 weken worden gezien als observatieperiode.

In de 4e week wordt tijdens een teambesprek met jou en je ouders bepaald of de behandeling wordt voortgezet.

School

Samen met andere jongeren van de kliniek ga je naar een speciale klas van School Lydensteyn waarin de leerlingen individueel bezig zijn met de lesstof van hun eigen school.

Je neemt je eigen schoolboeken mee en er is intensief contact met de mentor van jouw school.

Vakdocenten van school Lydensteyn komen langs om je te helpen en uitleg te geven bij de lesstof.

In de laatste weken van de behandeling ga je enkele dagen naar je eigen school om vast te wennen aan je normale daginvulling.

Aanmelding en verwijzing

Via je huisarts of behandelend specialist kun je worden verwezen naar Revalidatie Friesland.

Als de benodigde informatie naar ons is gestuurd, ontvangen jij en je ouders een uitnodiging voor een intake.

Deze intake bestaat uit gesprekken met de revalidatiearts, de psycholoog en de maatschappelijk werker.

Ook is er dan een rondleiding, zodat jij en je ouders een indruk krijgen van het revalidatiecentrum en de school.

Binnen enkele weken na de intake krijgen je ouders en jij telefonisch bericht van de revalidatiearts en hoor je of je in aanmerking komt voor een behandeling bij Revalidatie Friesland.

Als de behandeling voor jou zinvol lijkt, word je op de wachtlijst geplaatst om te starten met de behandeling.
Drie keer per jaar gaat er een groep van start. .
Als deze klinische behandeling voor jou niet zinvol wordt geacht, wordt geprobeerd een goed alternatief te vinden.

Na afloop van de behandeling

Na ontslag worden de huisarts en de betrokken medisch specialisten op de hoogte gebracht van het verloop en het resultaat van de behandeling.

Als het nodig is, verwijzen we je voor vervolghulp naar andere hulpverleners.

Na 4 weken neemt de verpleegkundige telefonisch contact met je op om te horen hoe het gaat.

Na 3 maanden kom je terug voor een gesprek met de revalidatiearts, maatschappelijk werker en psycholoog.

Na een jaar neemt de revalidatiearts telefonisch contact met je op om te horen hoe het gaat.

Kosten

Aan de behandeling zijn voor de patiënt geen kosten verbonden.
De behandeling is onderdeel van het vergoedingenpakket van de zorgverzekeraar.

Voor meer informatie

Revalidatie Friesland
Postbus 2
9244 ZN Beetsterzwaag
(T) 0512 - 38 94 94
www.revalidatie-friesland.nl

Contact en locaties

Contact algemeen

(T) 0512 - 38 94 94

(E) info@revalidatie-friesland.nl

Postbus 2, 9244 ZN Beetsterzwaag

Spreekuurlocaties

Spreekuur Drachten

Compagnonsplein 1, 9202 NN Drachten

(T) 0512 - 58 88 88

Spreekuur Emmeloord

Urkerweg 4, 8303 BX Emmeloord

(T) 0515 - 48 89 94

Let op: adres voor spreekuur en behandeling verschillen.

Spreekuur Harlingen

Achlumerdijk 2, 8862 AJ Harlingen

(T) 0517 - 49 99 99

Spreekuur Steenwijk

Sluisweg 2, 8332 JC Steenwijk

(T) 0522 - 23 33 33

Meer informatie

Wilt u meer informatie over Revalidatie Friesland? Kijk dan op www.revalidatie-friesland.nl of bel tijdens kantooruren naar (T) 0512 - 38 94 94.

Locaties

Locatie Beetsterzwaag

Hoofdstraat 3, 9244 CL Beetsterzwaag

(T) 0512 - 38 94 94

Locatie Leeuwarden

Henry Dunantweg 2, 8934 AD Leeuwarden

(T) 058 - 286 62 60

Locatie Sneek

Bolswarderbaan 1, 8601 ZK Sneek

(T) 0515 - 48 81 80

Locatie Heerenveen

Thialfweg 44, 8441 PW Heerenveen

(T) 0513 - 68 57 31

Locatie Dokkum

Birdaarderstraatweg 70, 9101 DC Dokkum

(T) 0519 - 29 19 40

Locatie Emmeloord

Medisch centrum "De Houttuinen"

De Houttuinen 5, 8301 XP Emmeloord

(T) 0515 - 48 81 80

Let op: adres voor spreekuur en behandeling verschillen.

Locatie Meppel

Isala Diaconessenhuis

Hoogeveenseweg 38, 7943 KA Meppel

(T) 0522 - 23 34 56



Revalidatie
Friesland



Laat zien wat je kunt

