

Somatisch  
Onvoldoende  
verklaarde  
Lichamelijke  
Klachten (SOLK)  
Poliklinische  
behandeling  
Jongeren

Laat zien wat je kunt

## Somatische Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK)

Door chronische pijn en/of vermoeidheid kun je ernstig belemmerd worden in het uitvoeren van je gewone dagelijkse activiteiten. Er is dan sprake van Somatisch Onvoldoende Verklaarde Lichamelijke Klachten (SOLK).

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. Door het Kinderteam van Revalidatie Friesland 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. Samen met de behandelaars formuleer je heel concreet je persoonlijke doelen.

Deze doelen zijn gericht op het anders leren omgaan met je klachten.

### Werkwijze

Gedurende 16 weken volg je een intensief programma waarbij je op allerlei manieren actief aan de slag gaat.

Je krijgt therapie van de fysiotherapeut en van de ergotherapeut.

Ook hebben jij en je ouders gesprekken met de psycholoog en de maatschappelijk werker.

Je werkt niet alleen aan je conditie en spierkracht, maar je leert ook welke gedachten je kunnen helpen om weer zo goed mogelijk te functioneren.

De revalidatiearts volgt de ontwikkelingen die je doormaakt.

Je ouders worden intensief betrokken bij de behandeling.

Veranderen doe je met elkaar en gezinsleden kunnen jou helpen om je doelen te realiseren.

## Opbouw

Het revalidatietraject bestaat uit drie fasen. De eerste fase is gericht op het accepteren van je klachten en het vinden van een stabiele basis van waaruit je kunt opbouwen. In de tweede fase ga je geleidelijk aan je dagprogramma uitbreiden en leer je je balans te vinden tussen wat je wilt en wat je kunt. Ook krijg je inzicht in wie jij bent als persoon en welke factoren de klachten beïnvloeden. Tenslotte is er in de laatste fase veel aandacht voor het vasthouden van wat je geleerd hebt. Uiteindelijke doel is dat je weer meedoet aan sport, sociale activiteiten en je volledige schoolprogramma volgt.

## School

Het is belangrijk dat je school (de mentor) en de leerplichtambtenaar weten dat je gedurende 16 weken bij Revalidatie Friesland in behandeling bent. Volledige deelname aan school is een belangrijk doel van de behandeling. Het weer naar school gaan wordt stapsgewijs opgebouwd. Daarbij kan het nodig zijn dat we met je mentor overleggen. Het is belangrijk dat er op school erkenning is voor je klachten en dat je klasgenoten weten dat je in behandeling bent.

## 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. Binnen een week na de intake krijgen je ouders bericht van de revalidatiearts en hoor je of je in aanmerking komt voor een poliklinische behandeling bij Revalidatie Friesland. Als de behandeling voor jou zinvol lijkt, kom je op de wachtlijst. Als deze behandeling voor jou niet zinvol wordt geacht, wordt geprobeerd een goed alternatief te vinden.

## *Nazorg*

Na het beëindigen van de behandeling worden de huisarts en/of 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.

Vier maanden na het beëindigen van de behandeling worden jij en je ouders uitgenodigd voor een consult bij het Kinderteam.

We bekijken dan hoe het met je gaat en of je in staat bent geweest om het bereikte resultaat van de behandeling vast te houden of uit te breiden.

## *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  
Henri Dunantweg 2  
8934 AD Leeuwarden  
(T) 058 - 286 69 45  
[www.revalidatie-friesland.nl](http://www.revalidatie-friesland.nl)



## Contact en locaties

### Contact algemeen

(T) 0512 - 38 94 94

(E) [info@revalidatie-friesland.nl](mailto: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](http://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