



SOLK



Behandeling van niet te verklaren lichamelijke klachten

Huisartsen en specialisten kunnen helaas niet alle lichamelijke klachten verklaren en behandelen. Dit geldt voor maar liefst 25-60% van de klachten waarvoor een specialist wordt bezocht. Voor mensen die elke dag leven met bijvoorbeeld pijn, vermoeidheid, duizeligheid of oorsuizen is het vaak een probleem als er geen oorzaak wordt gevonden en er geen behandeling voor is. Mensen kunnen somber, angstig en boos worden als er geen uitzicht is op verbetering van de klacht. Of op een verbetering in de gevolgen van de klacht. Bijvoorbeeld bij werk, hobby's en sociale contacten.

Wat is er wel mogelijk?

Het ontbreken van een oorzaak hoeft niet te betekenen dat er geen (gedeeltelijk) herstel van de klacht en de kwaliteit van leven mogelijk is. Soms blijven klachten bestaan door bijvoorbeeld: spierspanning, medicijnen, te veel of te weinig activiteit, of door stress. En daardoor kunnen weer andere problemen of emoties ontstaan.

De afdeling psychiatrie van het Spaarne Gasthuis (PAAZ) heeft een behandeling in een groep voor mensen met lichamelijke klachten die niet goed te verklaren zijn. Dit wordt een 'Solk-behandeling' genoemd. Solk staat voor (Somatisch onverklaarde lichamelijke klachten).

Het doel van de behandeling is om de klachten te verminderen en de kwaliteit van leven te verbeteren. De behandeling wordt gegeven door een psycholoog en een psychomotorisch therapeut. Er wordt gewerkt met:

- cognitieve gedragstherapie (CGT)
- psychomotorische therapie (PMT)
- ontspanningsoefeningen
- mindfulness

Voordat u kunt deelnemen aan de groepsbehandeling heeft u een aantal individuele gesprekken. U maakt kennis met de behandelaar. De lichamelijke, emotionele en bijkomende problemen worden besproken. En er wordt een individueel behandeldoel bepaald.

Voor wie?

De behandeling is voor volwassenen (vanaf 18 jaar) met lichamelijke klachten waarvoor de huisarts en/of medisch specialist geen, of onvoldoende verklaring heeft. En deze klachten geven problemen in het dagelijks en psychisch functioneren. Voorbeelden hiervan zijn bijvoorbeeld”

- chronische vermoeidheidsklachten
- chronische pijnklachten
- duizeligheid
- tintelingen
- oorsuizen

Soms kunnen verschillende klachten samen bij een bekende ziekte passen, zoals: fibromyalgie, chronisch vermoeidheidssyndroom (voorheen ME genoemd), whiplash of het prikkelbare-darmsyndroom.

Om deel te kunnen nemen is het belangrijk dat u goed Nederlands spreekt en verstaat.

De behandeling is niet geschikt voor mensen bij wie andere psychiatrische of medische zorg de voorkeur heeft.

Praktische informatie

- De behandeling duurt 10 weken
- Twee keer per week een bijeenkomst van 2,5 uur.
- Per groep doen er 8 tot 10 deelnemers mee.
- Voor deelname heeft u een verwijzing nodig van de huisarts of specialist.
- Behalve de wettelijke eigen bijdrage van uw zorgverzekering, zijn er geen andere kosten.
- Aanmelden of informatie opvragen doet u via het secretariaat van de PAAZ. Vermeld hierbij dat het om de ‘SOLK-behandeling’ gaat (Somatisch onverklaarde lichamelijke klachten).

Adres:

Spaarne Gasthuis
Secretariaat afdeling PAAZ
Boerhaavelaan 22,
2035 RC Haarlem
Telefoon: (023) 224 0030
E-mail: psychiatrie@spaarnegasthuis.nl

Waar zijn we te vinden?

Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

Haarlem Noord

Vondelweg 999
2026 BW Haarlem

www.spaarnegasthuis.nl

Hoofddorp

Spaarnepoort 1
2134 TM Hoofddorp

info@spaarnegasthuis.nl