

# Wat is graded exposure in vivo?

Geleidelijke blootstelling aan situaties die als angstig worden ervaren...



# Graded exposure in vivo

## Achtergrond

- Exposure in vivo is effectief bij diverse volwassen pijnpopulaties
  - CRPS (de Jong et al., 2005; Den Hollander et al., in preparation)
  - LRP (de Jong et al., 2005; Leeuw et al., 2008; Woods & Asmundson, 2008)
  - WAD (de Jong et al., 2008)
  - KANS (de Jong et al., 2012; de Jong et al., in preparation)
- Uitgangspunt bij het exposure in vivo programma is het vrees-vermijdingsmodel

# Graded exposure in vivo

## Achtergrond

- Vrees-vermijdingsmodel voor kinderen en jongeren (Simons & Kaczynski, 2012)
  - Pijngerelateerde angst → verminderd functioneren (Martin et al., 2007; Wilson et al., 2011)
  - Catastroferen → verminderd functioneren thuis, op school en sociaal (Vervoort et al., 2008)
  - Catastroferen → pijngerelateerde angst → vermijding → verminderd functioneren (Simons & Kaczynski, 2012)
- Interpersoonlijk vrees-vermijdingsmodel (Goubert & Simons, 2013)
  - Invloed kind-ouder factoren

# In de praktijk...

- **Behandelteam**
  - Revalidatiearts
  - Gedragstherapeut
  - Ergotherapeut
  - Fysiotherapeut
  - Assistent fysiotherapeut
- **Behandeltrajecten**
  - Graded exposure in vivo
  - Hypermobiliteitsmodule + graded exposure
  - Klinische opname Houthem

# Behandeltrajecten

## Graded exposure in vivo

- Gedragstherapeut + fysiotherapeut of ergotherapeut
- Behandelduur 8 weken
- 14 behandelsessies
- Duur behandelsessie 60 minuten
- Frequentie tweemaal per week

Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag

# Behandeltrajecten

## Combinatie module hypermobiliteit + graded exposure

- Gedragstherapeut + fysiotherapeut + assistent fysiotherapeut
- Behandelduur 16 weken
- Fysiek trainingsprogramma: week 2 t/m week 9 – frequentie tweemaal per week - duur trainingssessie twee uur (hydrotherapie + fitness)
- Graded exposure: week 10 t/m 15 – frequentie eenmaal per week

Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Training Sessie 1 Sessie 2	Training Sessie 3 Sessie 4	Training Sessie 5 Sessie 6	Training Sessie 7 Sessie 8	Training Sessie 9 Sessie 10	Training Sessie 11 Sessie 12	Training Sessie 13 Sessie 14
Week 9	Week 10	Week 11	Week 12	Week 13	Week 14	Week 15	Week 16	Na
Training Sessie 15 Sessie 16	Exposure Sessie 1	Exposure Sessie 2	Exposure Sessie 3	Exposure Sessie 4	Exposure Sessie 5	Exposure Sessie 6	Terugval- preventie	Terugkom- dag

# Behandeltrajecten

## Klinische opname

- Complexe systeemproblematiek
- Revalidatiedagbehandeling niet toereikend
- Gebaseerd op principes van ACT
- Opnameduur vier weken

# Graded exposure in vivo

## Screening

- Belemmerende factoren
- Hulpvraag
- Motivatie
- Cognities
- Instandhoudende factoren
- Inzicht in rol systeem
- Is gedragsverandering mogelijk?

Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag



# Medische educatie

## Revalidatiearts

- Bespreken diagnostiek
- Duidelijkheid tav mogelijkheden
- Doel van de behandeling:
  - Weer leren functioneren en uitvoeren van activiteiten, ondanks pijn.
  - Géén pijnafname

Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake + Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag

# Intake

## Semi-gestructureerd interview

- Huidige klachten
- Cognities
- Emotie
- Positieve gevolgen (instandhoudende factoren)
- Negatieve gevolgen
- Rol van het systeem
- Doelen stellen

Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag

# PHODA-Youth

Photograph series of daily activities voor adolescenten  
(Verbunt et al., 2014)

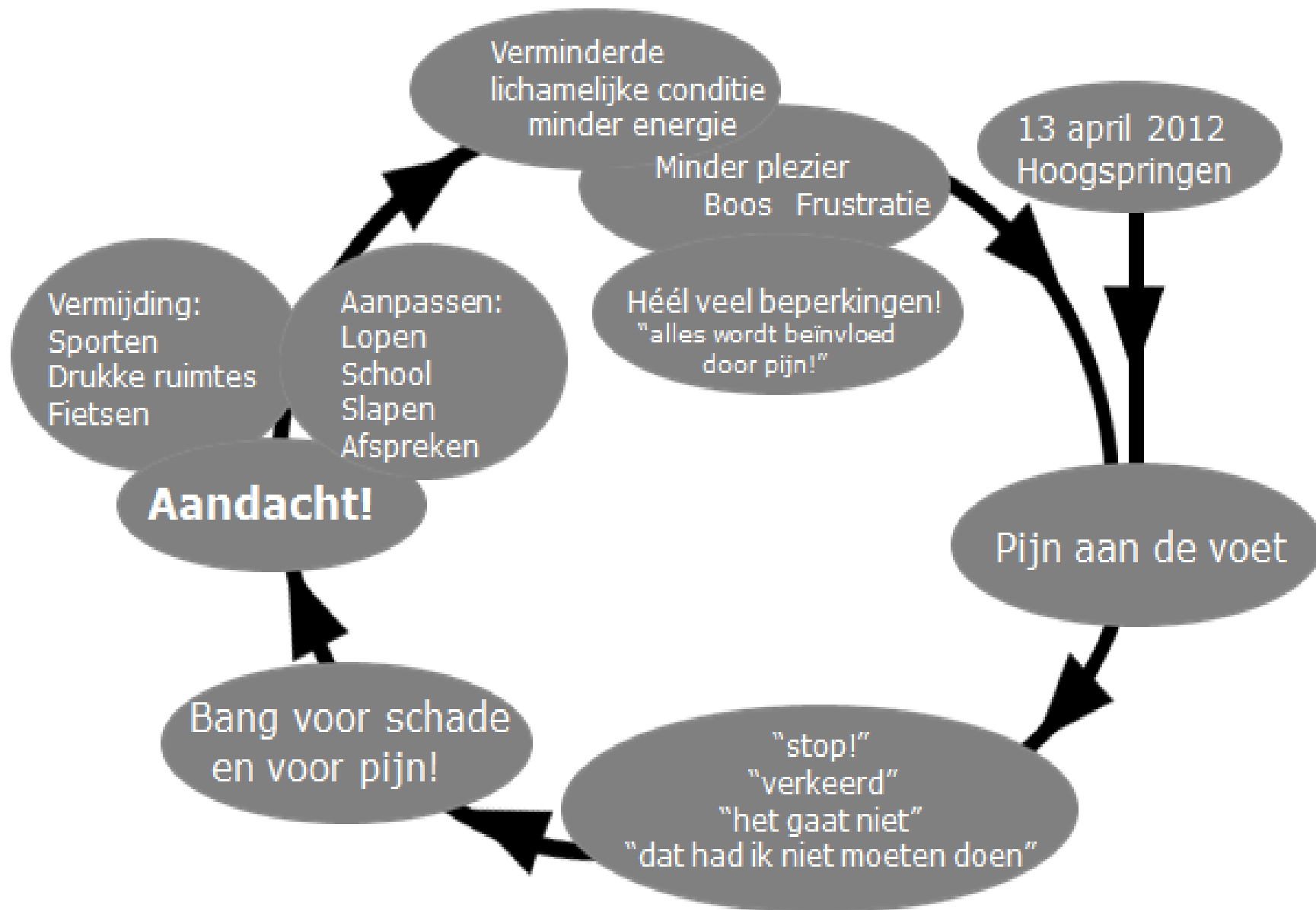
Dagelijkse activiteiten (14)	Intensieve lichamelijke activiteiten (27)	Sociale activiteiten (11)
		

# PHODA-Youth

## Opstellen angsthiërarchie



*“Stel je voor dat je deze activiteit nu zou moeten uitvoeren. In welke mate ben je bezorgd dat deze activiteit schadelijk is of zal zorgen voor een pijntoename?”*



# Exposure in vivo

- Uitdagen van catastrofale cognities
- Toetsen van verwachtingen
- Eigen doelen!
- Succeservaring \* Samen \* Plezier \* wow!
- Veiligheidsgedrag \* vermijdingsgedrag
- Verantwoordelijkheid bij de jongere \* eigen keuze
- Huiswerkopdrachten
- Opbouw van hobby's en school



Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag

# Aandachtspunten

## Ten aanzien van school

- Gaduele opbouw naar school (afbouw eventuele webchair)
- Meedoen met gymles
- Naar school fietsen
- Faciliteiten op school (liftpasje, kluisje, etc)
- Relatie tussen stress en pijn
- Relatie tussen te moeilijk schoolniveau en pijn
  
- Samenwerking met jeugdarts van belang!

# Terugvalpreventie

- Tips voor dips
- Herafname PHODA-Youth
- Evaluatie doelen
- Nazorg



Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag



# Terugkomdag

## Na acht weken

- Evaluatie
  - Tips voor dips
  - Generalisatie
  - Doelen
- Nazorg



Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	Intake Phoda-Y Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag

# Samen naar de T.O.P.

- Drie bijeenkomsten gedurende behandeltraject
- Beide ouders aanwezig
- In groepsvorm
- Twee uur per bijeenkomst



Voor	Week 1	Week 2	Week 3	Week 4	Week 5	Week 6	Week 7	Week 8	Na
Screening Medische educatie	T.O.P. I Intake Educatie	Exposure Sessie 1 Sessie 2	Exposure Sessie 3 Sessie 4	T.O.P. II Exposure Sessie 5 Sessie 6	Exposure Sessie 7 Sessie 8	Exposure Sessie 9 Sessie 10	T.O.P. II Terugval- preventie	Reserve	Terugkom- dag

# Doelstellingen

## Ouders inzicht geven in:

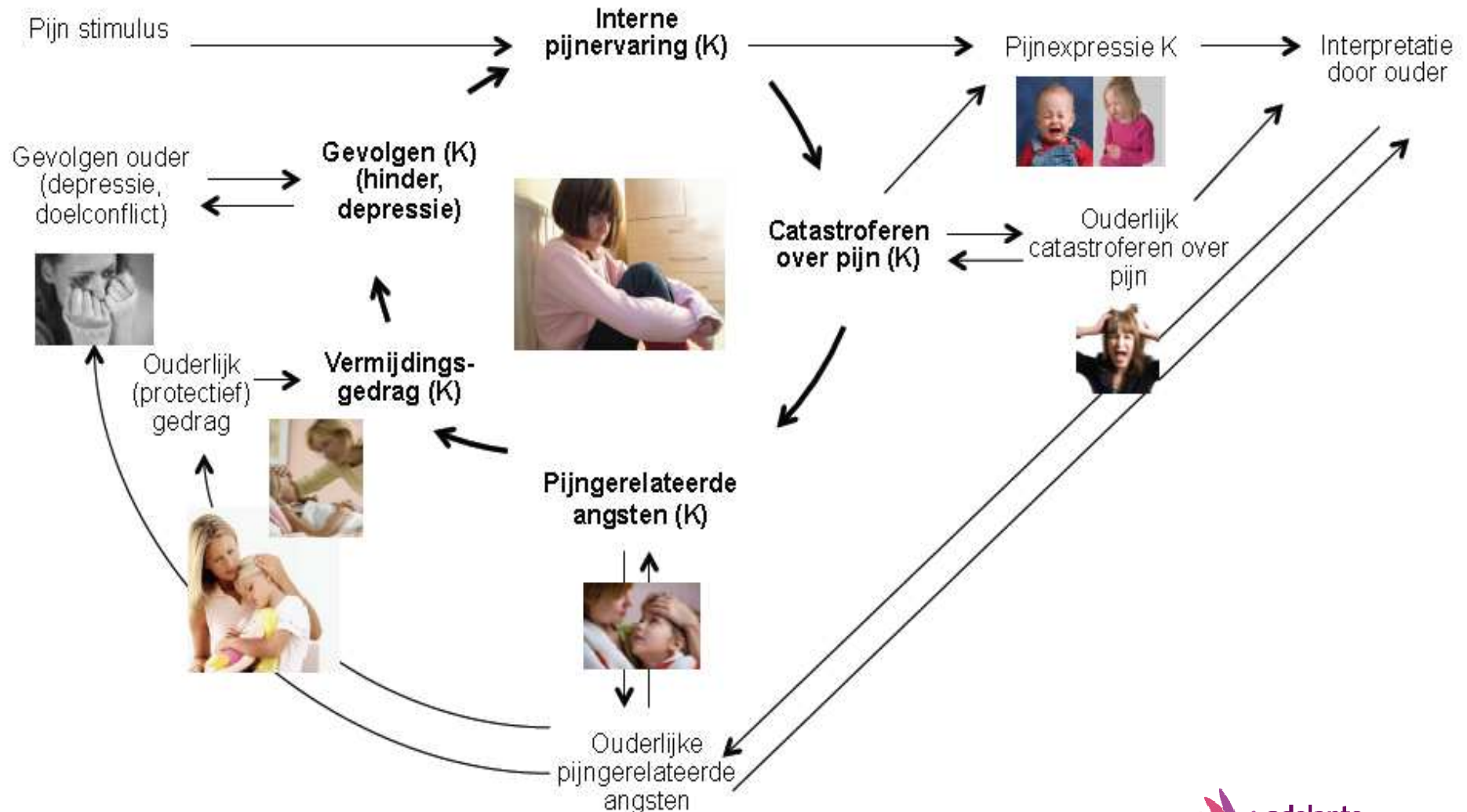
- I. de essentie van het bio-psychosociale model en vrees-vermijdingsmodel in de verklaring van beperkingen bij pijn
  - Revalidatiearts + gedragstherapeut + fysiotherapeut
  - (Medische) educatie
  - Inhoud en doel van de behandeling

**Gedragsverandering  
zowel bij kind als óók bij ouders!**

- III. hoe ouders kunnen bijdragen aan het in stand houden van het lange termijn resultaat van de behandeling
  - Gedragstherapeut + ergotherapeut + fysiotherapeut
  - Tips voor dips \* Terugvalpreventie

# Interpersoonlijk vrees-vermijdingsmodel

(Goubert & Simons, 2012)



# Evaluatie

- Doelstellingen behaald!

"Het vrees-

"De bijeenkomst heeft ons nieuwe inzichten gegeven wat pijn is en de factoren die pijn beïnvloeden: onze goed bedoelde adviezen en aandacht kunnen dus juist averechts hebben gewerkt"

kenbaar"

7,5 (SD 12,0)

7,7 (SD

## Hobbels...

- Aandacht blijft gericht op pijnafname of medische oorzaak
- Positieve gevolgen van pijn
- Ouders
- Gedragsverandering blijft een keuze!

## 2B-active



Onderzoek naar het effect van een interdisciplinair behandelprogramma voor jongeren met pijn en pijn gerelateerde angst

Vier Nederlandse revalidatiecentra nemen deel

**Maastricht, Breda, Roermond, Rotterdam**  
130 jongeren met chronische pijn



# Vragen?

