



Informatie voor partners van mensen met  
chronische pijnklachten.

Revalidatie



**Waar in deze folder gesproken wordt over “partner” kan ook gelezen worden: “een familielid of andere betrokkene”.**

## **Informatie voor partners van mensen met chronische pijnklachten.**

Uw partner heeft zich gemeld op de revalidatieafdeling met pijnklachten en zal hiervoor in behandeling komen. Ook u als partner wordt geconfronteerd met (of: geraakt door) de gevolgen van de pijnklachten.

Pijn heeft invloed op conditie, stemming, denken en doen, functioneren, sociale contacten, werk en andere activiteiten. Deze aspecten hebben – omgekeerd – ook weer invloed op de pijn.

Voor u als partner brengt het gevolgen met zich mee in jullie gezamenlijk leven. Dit kan op verschillende gebieden zijn:

- jullie sociaal leven (uitgaan, verjaardagen, vrienden en kennissen)
- jullie dagelijks leven in gezinssituatie (huishouden, kinderen, hobby's)
- verlies van financiële situatie

Daarnaast kan het gevolgen hebben binnen jullie eigen relatie:

- verlies van hoe het altijd was
- verandering in rolverdeling of bestaande patronen
- verandering in emotioneel evenwicht
- verandering/ verlies in toekomstverwachting en plannen

Het is onvermijdelijk en normaal, dat jullie beiden geconfronteerd worden met veranderingen en emoties. Jullie relatie kan onder druk komen te staan door de gevolgen en emoties die chronisch pijn met zich meebrengt. Ook, omdat door een ieder van jullie mogelijk sprake is van verschil in gevolgen en verschil in emoties ervaren kan worden. Dit kan te maken hebben met het verschil in positie ten opzichte van de pijn. Uw partner heeft pijn, u heeft dagelijks te maken met iemand die pijn heeft. De fysieke en mentale grenzen van uw partner liggen anders dan uw fysieke en mentale grenzen.

Zo kan het omgaan met iemand met chronisch pijn moeilijk zijn, omdat:

- jij als partner de pijn niet kunt zien en niet kunt voelen.
- de pijn onvoorspelbaar is en van dag tot dag anders kan zijn. Je weet dus nooit hoe je degene met pijn aantreft als je hem/haar ziet of spreekt.
- negatieve emoties voor jou soms onbegrijpelijk heftig zijn, dat het lastig is om ermee om te gaan. Wellicht raak je zelfs geïrriteerd omdat je denkt dat diegene overdrijft of zich aanstelt. Misschien voel je je zelfs persoonlijk aangevallen wanneer hij/ zij, zijn/haar boosheid of frustratie regelmatig op jou afreageert.
- pijn geen interessant of gezellig onderwerp is. De meeste mensen worden hier ook niet graag mee geconfronteerd omdat ze zich daar machteloos bij voelen.

Het is extra moeilijk als degene met pijn,

- zich beter en sterker voordoet dan hij/zij is, omdat hij/zij je niet lastig wil vallen of omdat hij/zij zich schuldig voelt.
- juist de hele dag klaagt en zeurt.
- zich in zijn/haar eigen (pijn)wereldje terugtrekt.
- zijn/haar eigen grenzen niet respecteert.
- in de pijn blijft hangen.
- depressief is en het leven niet meer ziet zitten.

In het revalidatietraject dat uw partner volgt, vinden wij het belangrijk dat u als partner gesteund wordt in de omgang met chronisch pijn van uw partner.

Na een aantal weken plannen wij standaard een afspraak in voor u en uw partner. Afhankelijk van de behoefte en de noodzaak kunnen wij vervolgspraken met jullie inplannen, maar dit wordt uiteraard in overleg en afstemming met u en uw partner gedaan.

## **Openingstijden en bereikbaarheid**

Balie afdeling Revalidatie & Therapie

Open van maandag tot en met vrijdag van 8.00 tot 17.00 uur

Locatie Hoorn

Poli 38

Telefoon: (0229) 257 679

Locatie Purmerend

Poli 22

Telefoon: (0299) 457 630



**Locatie Enkhuizen**

Molenweg 9b  
1601 SR Enkhuizen  
T. 0228 312 345

**Locatie Hoorn**

Maelsonstraat 3  
1624 NP Hoorn  
T. 0229 257 257

**Locatie Purmerend**

Waterlandlaan 250  
1441 RN Purmerend  
T. 0299 457 457

**Locatie Volendam**

Heideweg 1b  
1132 DA Volendam  
T. 0229 257 500

**Postbus 600, 1620 AR Hoorn**

[www.dijklander.nl](http://www.dijklander.nl)  
[info@dijklander.nl](mailto:info@dijklander.nl)



FLD-01821-NL 06-12-2022