



Pijn komt heel veel voor. Na bijvoorbeeld een operatie, trauma of onderzoek kan acute pijn ontstaan. Een chronische aandoening, zoals diabetes, MS, ziekte van Parkinson en dementie kan tot pijn leiden. En bij levensbedreigende ziekten zoals bij kanker komt pijn ook veel voor. Pijn is echter niet iets wat we zomaar moeten accepteren. Ernstige pijn zorgt ervoor dat mensen minder bewegen, minder goed doorademen en minder goed slapen. Pijn kan leiden tot ernstige complicaties, zoals longontsteking of trombose, maar ook tot depressieve gevoelens, minder sociale contacten en stress.

Als verpleegkundige heb je een spilfunctie in de zorg bij pijn. Daarom heb je veel kennis en inzicht nodig over dit probleem. Tijdens dit jubileumcongres van E-nursing krijg je onder meer antwoord op de volgende vragen:

- Zijn de huidige inzichten over de werking van onze anatomie en de gevolgen voor pijn nog wel juist?
- Waarom is het belangrijk pijnmetingen af te stemmen op de kwetsbare ouderen?
- Welke middelen gebruik je nu wel en welke juist niet bij neuropathische pijn?
- Hoe ga je om met een patiënt die verslaafd is aan pijnstillers?
- Welke toegevoegde waarde heeft VR-therapie in jouw verpleegkundige praktijk?
- Met welke complementaire zorginterventies valt de meeste winst te behalen?
- Lachen leidt tot pijnreductie, dus hoe zet je humor effectief in?

Tijdens de pauzes kun je op onze interactieve informatiemarkt onder andere kennismaken met VR, serious gaming en zelf de proef op de som nemen. Lets's game, let's RelieVR Pain!

#### Programma

09.30 uur	<b>Ontvangst</b>
10.00 uur	<b>Opening.</b> <i>Dagvoorzitter Marcellino Bogers</i>
10.10 uur	<b>Pijn begrijpen</b> - <i>prof. dr. Gerbrand Groen, bijz. hoogleraar Pijngeneeskunde, Anesthesiologisch Pijncentrum UMC Groningen</i> Gerbrand Groen neemt ons mee in de wonderde wereld van het basale denken over pijn. Hoe ver kun je komen door gewoon goed na te denken en te observeren? Wat is de waarde van gezond verstand? Op fascinerende wijze legt hij verbanden tussen de werking van ons zenuwstelsel en de gevolgen voor de acute en chronische pijn. Inzichten die ons helpen om vervolgens de pijn beter te kunnen begrijpen en te kunnen behandelen. Zijn de huidige inzichten nog wel juist of zijn er juist nieuwe inzichten waar de patiënten met pijn hun voordeel van kunnen hebben? Back to the future?
11.10 uur	<b>Koffie- en theepauze</b>
11.40 uur	<b>Pijn en kwetsbare ouderen</b> - <i>Juanita Cheuk-ALam MSc, verpleegkundig specialist anesthesiologie – pijngeneeskunde, Erasmus MC, Rotterdam</i> Pijn komt veel voor bij kwetsbare ouderen door onder andere een verhoogde prevalentie van leeftijdgerelateerde aandoeningen. Neurologische en cognitieve veranderingen in combinatie met achteruitgang van fysieke condities spelen een rol in de manier waarop pijn wordt geuit, de pijnperceptie en het (pijn)gedrag. In deze lezing wordt het belang van pijnmetingen, observaties en behandeling, die zijn afgestemd op de kwetsbare ouderen, toegelicht.
12.15 uur	<b>De nieuwste ontwikkelingen op het gebied van neuropathische pijn</b> - <i>Jan Vranken, anesthesioloog, DC klinieken Lairese, Amsterdam en Alkmaar en coördinator Pijncentrum, MC Slotervaart, Amsterdam</i> Jan Vranken is een topspreker als het gaat over de behandeling van neuropathische pijn. De nieuwste inzichten en behandelingswijzen zullen tijdens deze presentatie de revue passeren. Als medeopsteller en beoordelaar van de diverse landelijke pijn behandelrichtlijnen krijg je inzicht in de nieuwste ontwikkelingen op wetenschappelijk gebied. Waar krijg je in de toekomst mee te maken? Welke middelen gebruik je nu wel en welke juist niet bij neuropathische pijn? Welke begeleiding kan je de patiënt geven die na jaren nog steeds tobt met neuropathische pijn? Veel ins en outs van behandel mogelijkheden én ook de onmogelijkheden komen aan de orde.
12.50 uur	<b>Lunch</b>

- 13.50 uur **Pijn en verslaving** - *Loes Hanck, verslavingsarts KNMG, Jellinek, Arkin, Amsterdam*  
Tijdens deze presentatie staan we stil bij een gemeenschappelijk verklaringsmodel over pijn/verslaving. Daarnaast krijg je vooral praktische informatie over de diagnostiek en preventie van verslaving aan pijnstillers bij pijnpatiënten, hoe om te gaan met een patiënt met verslavingsgedrag, welke bijdrage farmacotherapie kan leveren en wat de verslavingszorg kan betekenen voor deze patiënten.
- 14.25 uur **Trainen met je pijnsysteem: een virtuele therapie voor de behandeling van chronische pijn** - *Louis Zantema, GZ-psycholoog, Medisch Centrum Leeuwarden*  
Virtual reality-therapie wordt steeds vaker ingezet als instrument ter afleiding bij acute pijn, maar biedt grote potentie bij de behandeling van chronische pijn. Niet alleen als afleiding, maar vooral als middel om educatie te bieden en om patiënten strategieën te leren om hun beter beheersbaar te maken en zelf meer controle te ervaren. Samen met patiënten is in het Medisch Centrum Leeuwarden hiervoor de VR-therapie RelieVR ontwikkeld. Welke toegevoegde waarde heeft VR-therapie in jouw verpleegkundige praktijk?
- 15.00 uur **Pauze**
- 15.30 uur **Niet-farmacologische interventies: complementaire zorg bij pijn** - *Marion Giesberts, coördinator opleidingen pijn, palliatieve zorg en complementaire zorg, HAN VDO, Hogeschool Arnhem en Nijmegen*  
Pijn wordt nog vaak met alleen farmacologische of medische interventies bestreden. Lastig daarbij is dat deze ongewenste bijwerkingen kunnen hebben, die vooral voor kwetsbare groepen gevolgen geven op veiligheid of kwaliteit van leven. Het is daarom interessant om pijn ook te behandelen met niet-farmacologische interventies, zoals complementaire zorg. Daarnaast ontstaat pijn ook door meerdere factoren tegelijk en is het daarom effectiever om vanuit verschillende invalshoeken te behandelen. Complementaire zorg kan direct effect hebben op pijn, maar ook indirect door vermindering van angst, stress en verbetering van stemming. Tijdens deze presentatie wordt de werking van complementaire interventies bij de verschillende pijntypen verklaard en komen verschillende mogelijkheden aan de orde, zoals bijvoorbeeld aromatherapie, mindfulness, ontspanningsoefeningen en massage. Steeds komt daarbij de rol van de verpleegkundige aan bod: als adviseur, uitvoerder of doorverwijzer.
- 16.05 uur **Pijn en humor als verpleegkundige interventie** - *Marcellino Bogers, oud-verpleegkundige en -cabaretier, medeauteur van 'Humor als verpleegkundige interventie 2.0'*  
Humor leidt aantoonbaar tot pijnreductie: een kwartier lang lachen verhoogt onze pijngrens al met tien procent, zo is gebleken uit onderzoek. Dat komt omdat door lachen endorfine vrijkomt, een pijnverdrijver die zorgt voor een prettig gevoel. Humor toepassen om je patiënt zich prettiger te laten voelen is dan ook een officiële verpleegkundige interventie. Maar hoe zet je haar effectief in?
- 16.40 uur **Afsluiting en borrel**

#### Praktische informatie

##### Organisatie

Dit congres wordt georganiseerd door E-nursing en Congressen MetZorg.

##### Voor wie, wanneer en waar

Het congres is bestemd voor alle verpleegkundigen en vindt plaats op vrijdag 16 november van 9.30-16.45 uur in congrescentrum ReeHorst te Ede. ReeHorst ligt op vijf minuten loopafstand van NS-station Ede-Wageningen. Ook is er voldoende (gratis) parkeergelegenheid.

##### Kosten

Tot en met 12 oktober 2018 € 175,- excl. btw, op en na 12 oktober € 195,- excl. btw. De toegangsprijs is inclusief koffie/thee, een lunch, een afsluitende borrel, een congresmap en de hand-outs van de lezingen. De deelnemers krijgen tevens GRATIS de E-learningmodule 'PIJN BIJ KWETSBARE OUDEREN', geschreven door de

Special Interest Group Pijn bij kwetsbare ouderen van V&VN i.s.m. E-nursing (t.w.v. €49,95).

##### Aanmelden en (annulerings)voorwaarden

Je kunt je aanmelden tot 9 november 2018. Bij annulering wordt € 25,- excl. btw in rekening gebracht. Annuleren kan alleen schriftelijk. Op en na 9 november is annuleren niet meer mogelijk, wel kun je je toegangsbewijs overdragen aan een ander. **Meld je aan via [www.congressenmetzorg.nl](http://www.congressenmetzorg.nl).**

##### Accreditatie

Accreditatie wordt aangevraagd bij het Accreditatiebureau Kwaliteitsregister V&V en Register Zorgprofessionals voor 5 punten.

##### Informatie

Congressen MetZorg, 030-7512487 of [info@congressenmetzorg.nl](mailto:info@congressenmetzorg.nl).