**12.30 uur Ontvangst en registratie**

**13.00 uur Opening**

-Introductie en blik op de dag door dagvoorzitter

- Multidisciplinaire richtlijn en zorgstandaard SOLK onder de loep

*Carine den Boer, huisarts in Gezondheidscentrum Kersenboogerd*

**13.30 uur Pijn en het brein**

Welke rol spelen de hersenen bij onverklaarde chronische klachten?

Welke veranderingen zijn aan te tonen, hoe ontstaan deze veranderingen en hoe kunnen we dit functioneel terugdraaien?

*Joke Vollebregt, stafarts revalidatiegeneeskunde en coauteur van het boek Pijn & het brein*

**14.15 uur Placebo- en Nocebo-effecten bij SOLK**

Placebo- en nocebo-effecten gaan verder dan enkel de effecten van een suikerpil. Ze kunnen de uitkomsten van allerlei behandelingen voor SOLK en andere klachten verbeteren dan wel verslechteren.

- Hoe werkt dit precies? Verschillen de effecten voor SOLK van die voor verklaarde klachten? En hoe kunnen we de zorg voor SOLK verbeteren door placebo-effecten te maximaliseren en nocebo-effecten te minimaliseren?

Deze vragen worden beantwoord aan de hand van de meest recente wetenschappelijke literatuur.

*Kaya Peerdeman, postdoctoraal onderzoeker en docent, Universiteit Leiden*

**14.45 uur Pauze**

**15.15 uur Vrije keuzeronde** *U kiest uit A of B.*

**A: Zelf-compassie bij somatoforme stoornissen**

Zelfcompassie kan een persoon helpen in het omgaan met somatische klachten. Het deactiveert het sympathische zenuwstelsel en activeert het oxytocine-opiaat systeem. Zo is er een samenhang met o.a. mentale gezondheid, geluk, gezondheidsgedrag en positieve lichaamsbeleving. Helaas scoren patiënten met somatoforme stoornissen lager scoren op zelfcompassie dan de algemene Nederlandse populatie.

Zelfcompassie wordt toegelicht met theorie en oefeningen. U krijgt handvatten om de zelf-compassie bij mensen met SOLK te vergroten.

*Shiva Thorsell, klinisch psycholoog & Carola Meijer, psychotherapeut bij Altrecht Psychosomatiek Eikenboom*

**B: Communicatie bij SOLK**

Verandering van gedachtes, gevoelens en gedrag kan leiden tot minder lichamelijke klachten. In deze workshop leert u aan de hand van het verklaringsmodel ‘centrale sensitisatie’ hoe dit concreet in de spreekkamer aan de patiënt uit te leggen is.

Aan de hand van 10 aandachtspunten worden de belangrijkste zaken in de communicatie bij SOLK besproken, in relatie tot het gebruik van SCEGS, de 4DKL en de rol van ‘centrale sensitisatie’.

*Carine den Boer*

**16.45 uur Borrel**