**14: 45 Digitale inloop**

**15:00 Opening door Martijn Kuit, Raad van Bestuur Klimmendaal**

**15:05 Inleiding door Sander Wehrmeijer, Physician Assistant pijnteam Klimmendaal**

**15:15 Lezing I door prof. dr. Jo Nijs**

**Chronische pijn: past, present & future**  
Chronische pijn is het meest voorkomende en duurste gezondheidsprobleem in Nederland, maar ook in Europa, Australië en de VS. Uitgebreid wetenschappelijk onderzoek bevestigt de voorname rol die leefstijlfactoren, zoals aanhoudende stress, slaapproblemen, ongezonde voeding, roken en fysieke inactiviteit  spelen bij het tot stand komen en onderhouden van chronische pijn, ondermeer bij hoofdpijn, nekpijn, artrose, rugpijn, post-chirurgische pijn, fibromyalgie en pijn na kanker. Bovendien blijken deze leefstijlfactoren de gevoeligheid van het centraal zenuwstelsel (‘centrale sensitisatie’) te versterken, waaruit we kunnen besluiten dat leefstijl het onderliggend mechanisme van chronische pijn beïnvloedt. Stress- en slaapmanagement, bewegingstherapie en voedingsinterventies zijn evidence-based onderdelen van de behandeling van chronische pijn, maar de implementatie van deze inzichten in de praktijk heeft nog een ruime progressiemarge. Daarom gaan we in deze keynote lezing dieper in op de wijze waarop therapeuten leefstijlinterventies kunnen integreren in hun behandeling voor patiënten met chronische pijn.

**16:00 Lezing II door dr. Yanda van Rood**

**Confectiepak, of toch liever een maatpak? De kracht van de gepersonaliseerde verklaring**  
In de loop van de tijd zijn er veel verschillende verklaringen voor het ontstaan en blijven bestaan van lichamelijke klachten ontwikkeld en in de klinische praktijk gebruikt. In sommige verklaringen staan de kenmerken van de persoon centraal die kwetsbaar maken voor het ontwikkelen van lichamelijk klachten. In andere verklaringen wordt gewezen op reactie van het lichaam op stress en getoond hoe dit tot lichamelijke klachten kan leiden. Centrale sensitisatie  is een specificatie van de stress verklaring die met name veel toepassing vindt bij chronische pijn. Wat al deze verklaringen met elkaar gemeen hebben, is dat ze generiek van aard zijn. Generiek in de zin dat de verklaringen geldig worden geacht op groepsniveau, voor iedereen met aanhoudende lichamelijke klachten of voor iedereen met chronische pijn. Dit zijn de confectiepakken. Diagnostiek volgens het gevolgenmodel is een protocollaire methode om de individuele klacht specifieke in stand houdende factoren vast te stellen. De uitkomst van diagnostiek volgens het gevolgenmodel is een vicieuze cirkel, een geïndividualiseerde verklaring voor het blijven bestaan van de klachten, welke als uitgangspunt dient voor de behandeling. Dit is een maatpak. In de cirkel krijgen cognities -waaronder de herinneringen aan betekenis verlenende gebeurtenissen- emoties en gedragingen een plek, alsook de mechanismen die inzichtelijk maken hoe deze factoren het herstel verhinderen. In deze presentatie zal aan de hand van enkele voorbeelden getoond worden wat de rol van herinneringen aan onverwerkte gebeurtenissen kan zijn bij het blijven bestaan van de klacht en welke in stand houdende mechanismen daarbij een rol kunnen spelen.

**16:45 Pauze**

**17:00 Lezing III door prof. dr. Andrea Evers**

**You get what you (don’t) expect? Hoe het placebo effect kan bijdragen aan betere zorg**  
Van veel reguliere behandelingen weten we niet wat de werkzame ingrediënten zijn. Zo kan het effect van een placebopil even groot zijn als bijvoorbeeld een antidepressivum of een pijnstiller.  De effecten van veel behandelingen in de gezondheidszorg worden dan ook voor een deel verklaard door andere factoren dan het middel of de behandeling zelf. Voorbeelden voor deze factoren zijn het vertrouwen dat de behandelaar uitstraalt, de verwachting die iemand ten aanzien van een behandeling heeft en eerdere ervaringen die iemand heeft met behandelingen. Al deze factoren kunnen invloed hebben op behandeluitkomsten. Met deze bevindingen wordt in de reguliere gezondheidszorg echter nog nauwelijks rekening gehouden. Dit terwijl we met behulp van deze kennis de behandelingen zouden kunnen optimaliseren en tegelijkertijd mogelijke nadelige gevolgen van behandelingen (zoals risico’s of bijwerkingen) zouden kunnen verminderen. Mensen vragen ook in toenemende mate om een actieve deelname in de beslissingen over hun behandelingen en willen hier zo veel mogelijk zelf aan bijdragen. Ook hier wordt momenteel nog nauwelijks gebruik van gemaakt, terwijl de zorgkosten en de zorgvraag toenemen. In deze lezing zal de rol van deze factoren voor gezondheid en ziekte, zoals die bij het placebo effect een rol spelen, worden behandeld. Hierbij zal ook vooral aandacht worden besteed aan de mogelijkheid om via psychologische processen direct lichamelijke processen, zoals het immuunsysteem, te beïnvloeden. Tevens wordt een inkijk gegeven welke innovatieve behandelingen hiervoor momenteel ontwikkeld worden. Hiermee kan deze kennis worden vertaald  naar toepassingen voor de reguliere gezondheidszorg.

**17:45 Afsluiting door Sander Wehrmeijer, Physician Assistant pijnteam Klimmendaal**