



# Opname bij medicatie afhankelijke hoofdpijn

Uw neuroloog heeft u verwezen naar Gelre ziekenhuizen Zutphen voor een opname in verband met medicatie afhankelijke hoofdpijn. Deze opname vindt plaats op afdeling Neurologie.

In deze folder vindt u informatie over uw opname, welke zorgverleners betrokken zijn bij uw behandeling en het verloop van uw behandeling.

## Opname

Nadat u bent aangemeld voor een opname, neemt Bureau Opname of de hoofdpijnverpleegkundige contact met u op om de opname in te plannen. Over het algemeen wordt u op een dinsdag opgenomen voor een periode van 14 dagen, tenzij de neuroloog met u andere afspraken heeft gemaakt.

De dag van opname meldt u zich op het afgesproken tijdstip op afdeling Neurologie. Meestal is dit om 11.15 uur. U wordt opgevangen door een verpleegkundige. Hij/zij maakt u wegwijs op de afdeling, voert een opnamegesprek met u en informeert u over de gang van zaken.

U wordt opgenomen op een één of vierpersoonskamer (dit is mede afhankelijk van welke kamer op dat moment beschikbaar is). Een TV en telefoon is tegen betaling voor u beschikbaar, de radio is gratis. Voor eventueel ontspannende muziek is het aan te raden om bijvoorbeeld een eigen muzikspeler mee te nemen. Verder is het verstandig om wat lees- en handwerk of iets dergelijks mee te nemen.

## Behandelteam

Tijdens uw opname wordt u, naast de neuroloog als hoofdbehandelaar, door de volgende disciplines begeleid:

- **(Hoofdpijn) verpleegkundige**  
Hij/zij coördineert de zorg, geeft advies en informatie en komt regelmatig bij u langs voor een gesprek.
- **Fysiotherapeut**  
Hij/zij geeft ondersteunende adviezen, zoals ontspanningsoefeningen, houdingsadviezen, opbouw van fysieke activiteiten.
- **Klinisch psycholoog**  
Hij/zij voert, op indicatie, psychologisch onderzoek uit om na te gaan in hoeverre uw levensstijl van invloed is op uw klachten. Daarnaast voert hij/zij, indien gewenst, ook ondersteunende gesprekken met u om de opnameperiode zo goed mogelijk door te komen.



## Uitgangspunten opname

De volgende uitgangspunten zijn van belang bij uw opname:

- Resoluut stoppen van medicatie en/of cafeïnegebruik in relatie tot uw hoofdpijn.
- Behandeling en ondersteuning bij het optreden van pijnstillerafhankelijke hoofdpijn.

Een aantal verdere kernpunten tijdens de opname zijn:

- meer greep op of inzicht krijgen in uw eigen hoofdpijn;
- minder afhankelijk worden van medicijnen;
- alternatieve technieken toepassen om met de hoofdpijn om te gaan.

## Behandeling

Om een zo goed mogelijk beeld te krijgen van uw hoofdpijn wordt bij opname alle pijnmedicatie gestopt. Ook cafeïnehoudende dranken krijgt u in principe niet omdat ze een relatie met chronische hoofdpijn kunnen hebben. Als u last krijgt van misselijkheid of braken (=ontwenningverschijnselen), dan kunt u daar eventueel wat tegen krijgen.

De hoofdpijn krijgt een conservatieve benadering, zoals koud washandje, warmtepakking, rust enz.

Tijdens de opname kunt u buiten de therapietijden om en afhankelijk van hoe u zich voelt vrij door het ziekenhuis of daarbuiten rondlopen. Wel moet u de verpleging op de hoogte brengen wanneer u even van de afdeling weg gaat. Tijdens de opname houdt u een hoofdpijnkalender bij.

Er zijn tijdens uw behandeling 5 elkaar overlappende fasen te onderscheiden, te weten:

### **Intake:**

Kennismaking, opnamegesprek, informatieverstrekking.

### **Hoofdpijnfase c.q ontwenningfase**

Analyse van de hoofdpijn en pijngedrag optredend door het stoppen van de pijnmedicatie en cafeïne, ontwenningverschijnselen. Ondersteuning, begeleiding en behandeling.

### **Opbouwfase**

Lichamelijk herstel en fysiotherapie. Gesprekken met psycholoog. Eventueel eerste opzet individuele medicamenteuze behandeling volgens strikte richtlijnen.

### **Ontslagfase**

Ontslaggesprek en poliklinisch vervolgtraject uitstippelen.

### **Nazorgfase**

Afspraken maken met neuroloog / hoofdpijnverpleegkundige en eventuele begeleiding door fysiotherapeut en psycholoog binnen of buiten het ziekenhuis (resp.2e of 1e lijn).

## Vragen?

Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Neem dan contact op met de poli Neurologie.

- Bereikbaar 8.30 - 16.30 uur
- Tel: 0575 - 592 814

E-mail: [hoofdpijnpolizutphen@gelre.nl](mailto:hoofdpijnpolizutphen@gelre.nl)