



# Hoofdpijn Centrum Zutphen

## Multidisciplinair

U komt binnenkort naar het Hoofdpijn Centrum Zutphen in Gelre ziekenhuizen Zutphen. Deze brochure geeft u informatie over wat het hoofdpijncentrum voor u kan betekenen, wat van u wordt verwacht en hoe de intake bij het Hoofdpijn Centrum Zutphen verloopt.

## Hoofdpijn Centrum Zutphen

Bij de behandeling van hoofdpijn zijn vaak diverse zorgverleners betrokken. Gelre Zutphen heeft de verschillende zorgverleners bij elkaar gebracht in een hoofdpijncentrum. Deze zorgverleners werken nauw met elkaar samen en stellen ook gezamenlijk, ieder vanuit zijn/haar specialisme, vast welke behandeling voor u het meest geschikt is. In het hoofdpijncentrum komt u de volgende zorgverleners tegen:

- De neuroloog, hoofdpijnspecialist,
- De psycholoog,
- De hoofdpijnverpleegkundige,
- De fysiotherapeut (Afhankelijk van uw verzekering kan voor het onderzoek van de fysiotherapeut een aparte rekening worden gestuurd. Zie voor verdere toelichting pagina 2).

### Afspraak

U wordt verwacht:

... .. dag ... .. - ... .. 20 ... .. om:  08.00 uur  08.30 uur

op polikliniek Neurologie, route 22

Voor deze afspraak moet u zich in de centrale hal eerst aanmelden via de aanmeldzuil met uw identiteitsbewijs. U krijgt hier een afspraakticket. Met dit ticket kunt u zich aanmelden bij de aanmeldzuil op polikliniek Neurologie. Uw bezoek duurt tot ongeveer 14.30 uur.



## Intake Hoofdpijn Centrum Zutphen

Op één dag krijgt u diverse onderzoeken en gesprekken met verschillende zorgverleners. Op basis van deze onderzoeken en gesprekken wordt vastgesteld welke behandeling voor u het meest geschikt is.

### Vorbereidingen

Om de intake in het Hoofdpijn Centrum Zutphen zo goed mogelijk te laten verlopen is het belangrijk dat u thuis de volgende voorbereidingen treft:

- U vult de hoofdpijnkalendar in. U begint met het invullen op de dag dat u deze brochure ontvangen heeft. De hoofdpijnkalendar vindt u achterin deze brochure,
- U vraagt aan uw apotheek een totaaloverzicht van de medicijnen die u op dit moment gebruikt,
- U vraagt aan uw apotheek een totaaloverzicht van de medicijnen die u in het verleden heeft gebruikt met betrekking tot de hoofdpijn, of schrijft dit zelf op.

### Verloop van de dag

U wordt op de afgesproken dag en tijd verwacht op polikliniek Neurologie. De hoofdpijnverpleegkundige ontvangt u en neemt samen met u uw hoofdpijngeschiedenis door. Zij regelt voor u alle onderzoeken en is de hele dag aanwezig. De volgende gesprekken en onderzoeken vinden gedurende de dag plaats:

### Fysiotherapeutisch lichamelijk onderzoek

De fysiotherapeut inventariseert de fysieke belasting van de dagelijkse werkzaamheden en de algehele fysieke conditie (belastbaarheid) in relatie tot de hoofdpijn. De fysiotherapeut doet ook een houdings- en bewegingsonderzoek van uw nek- en schoudergebied. Op basis van dit onderzoek brengt de fysiotherapeut verslag en advies uit aan de neuroloog, die dit verwerkt in het behandelingsvoorstel.

Uw afspraak bij het hoofdpijncentrum is een poliklinisch bezoek. Het onderzoek van de fysiotherapeut moeten wij zelfstandig in rekening brengen. Dit onderzoek valt namelijk onder de aanvullende verzekering. Bent u niet (voldoende) aanvullend verzekerd voor fysiotherapie? Dan ontvangt u van uw zorgverzekering een rekening voor het consult van de fysiotherapie. U kunt in de polisvoorwaarden nalezen of u voldoende aanvullend verzekerd bent. Wanneer u hierdoor afziet van een fysiotherapeutisch consult, neem dan contact op met de hoofdpijnverpleegkundige. Dit kan per mail of telefoon.

We willen echter benadrukken dat een screening door de fysiotherapeut vaak wel een toegevoegde waarde heeft.

### Algemeen bloedonderzoek

U laat bloedprikken bij het laboratorium op route 125. Uw bloed wordt onder andere bekeken op suiker, schildklierwerking en vitamines. U mag vóór dit bloedonderzoek gewoon eten en drinken.



## Gesprek met psycholoog

In een gesprek met de psycholoog komen alle aspecten aan bod die een relatie kunnen hebben met uw hoofdpijn. Hierbij kunt u bijvoorbeeld denken aan uw werk- en gezinssituatie.

## Gesprek met neuroloog

Tussen 13.30 en 15.00 uur heeft u een afsluitend gesprek met de neuroloog. Hij/zij geeft u de uitslagen van de uitgevoerde onderzoeken (tot zover bekend) en bespreekt met u het vervolgtraject. Zo nodig wordt u verwezen naar een psycholoog en/of fysiotherapeut buiten het ziekenhuis. De neuroloog geeft dan uw gegevens door aan de betreffende zorgverlener(s) buiten het ziekenhuis. Heeft u bezwaar tegen het uitwisselen van uw gegevens, dan kunt u dit kenbaar maken aan de neuroloog. Meestal wordt een vervolgspraak op de polikliniek Neurologie gepland ongeveer drie maanden ná deze intake. Zes weken na de intake is er een controle door de hoofdpijnverpleegkundige. Dit kan een afspraak zijn op de polikliniek of een telefonische afspraak.

## Wat neemt u mee?

U neemt het volgende mee:

- Uw identiteitsbewijs,
- Uw zorgverkeringspas,
- Ingevulde hoofdpijnkalender (deze brochure) en evt. oude hoofdpijnkalender(s),
- Alle medicijnen die u die dag moet innemen,
- Een actueel overzicht van alle medicijnen die u op dit moment en in het verleden heeft gebruikt. Zo'n totaaloverzicht kunt u krijgen bij de apotheek,
- Een leesboek o.i.d. voor de momenten tussen de verschillende onderzoeken en gesprekken,
- Lunchpakketje, eventueel kunt u in het restaurant tegen betaling een lunch halen.

## Wat neemt u niet mee?

Om diefstal te voorkomen is het raadzaam om geen kostbaarheden, zoals sieraden, bankpassen en grote geldbedragen mee te nemen. Bij vermissing van uw eigendommen kan het ziekenhuis niet aansprakelijk worden gesteld.



## De hoofdpijnkalender

Om een goede indruk te krijgen van de aard van uw hoofdpijn is het belangrijk dat u, bij voorkeur, drie maanden een kalender bijhoudt. In deze kalender geeft u elke dag aan: of u hoofdpijn heeft (gehad) en de ernst hiervan,

- Of u moest braken en/of misselijk bent (geweest),
- Of u menstrueert,
- De medicijnen die u eventueel die dag heeft gebruikt voor de hoofdpijn.

De door u ingevulde kalender gebruikt de arts als basis om samen met u de meest geschikte behandeling te kiezen. Achterin deze brochure vindt u de hoofdpijnkalender voor drie maanden.

## Vragen of verhinderd?

Wilt u zo vriendelijk zijn om door te geven wanneer u onverwachts verhinderd bent? Heeft u na het lezen van deze brochure nog vragen? Neem dan contact op met polikliniek Neurologie.

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

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

## Informatie over e-mailen

Noteer bij e-mailen uw patiëntnummer of geboortedatum en (meisjes) achternaam.

We willen u er op wijzen dat gegevens die per email worden uitgewisseld niet via een beveiligd systeem gaan.

## Hoe bereikt u Gelre ziekenhuizen?

### Met openbaar vervoer

Gelre ziekenhuizen te Zutphen is met het openbaar vervoer goed bereikbaar. Kijk op [www.9292ov.nl](http://www.9292ov.nl) voor vertrektijden. Ook kunt u vanuit Laren, Lochem en Vorden met de taxiliner naar Gelre ziekenhuizen worden vervoerd. Hiervoor moet u zich wel één uur van tevoren aanmelden, via tel.nr. 0900 - 83 31.

### Met eigen vervoer

Kijk op de website: [www.gelreziekenhuizen.nl](http://www.gelreziekenhuizen.nl)

Het adres is Gelre ziekenhuizen Zutphen, Den Elterweg 77, 7207 AE Zutphen.



## Bijlage 1: Het invullen van de hoofdpijnkalendar

- Kies voor het invullen een vast tijdstip op de dag, bijvoorbeeld 's avonds
- **Hoofdpijn**  
Met een cijfer geeft u aan of u hoofdpijn heeft (gehad) en de ernst ervan:  
1 = lichte hoofdpijn  
2 = matige hoofdpijn  
3 = ernstige hoofdpijn  
Heeft u die dag geen hoofdpijn (gehad) dan vult u niets in.
- **Braken, misselijkheid, menstruatie**  
Plaats een kruisje in het vakje bij de betreffende dag als u last heeft (gehad) van braken en/of misselijkheid. Geef ook met een kruisje aan als u ongesteld bent.
- **Medicijnen**  
Noteer alle medicijnen die u gebruikt voor de hoofdpijn. Ook de medicijnen die u zonder recept heeft gekocht. Schrijf achter de naam van het medicijn ook de sterkte, bijvoorbeeld paracetamol (500 mg), domperidon zetpil (60 mg), imigran (100 mg) etc.. Geef per dag aan hoeveel u van het desbetreffende medicijn hebt genomen, bijvoorbeeld 1x als u 1 keer het genoemde medicijn hebt gebruikt.

## Aantekeningen

Hieronder kunt u eventuele vragen aan de neuroloog of hoofdpijnverpleegkundige noteren.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Patiënteninformatie wordt met de grootste zorg samengesteld. Het betreft algemene informatie. U kunt aan deze uitgave geen rechten ontlenen. © Gelre ziekenhuizen [www.gelreziekenhuizen.nl](http://www.gelreziekenhuizen.nl)



## Hoofdpijndagboek 1<sup>e</sup> helft van de maand

Maand: ... .. Jaar: ... ..													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Hoofdpijn	3 = ernstig												
	2 = matig												
	1 = licht												
Braken													
Misselijkheid													
Menstruatie													
Medicijnen (soort + sterkte)		Hoeveelheid											





## Hoofdpijndagboek 2<sup>e</sup> helft van de maand

13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31





## Hoofdpijndagboek 1<sup>e</sup> helft van de maand

Maand: ... .. Jaar: ... ..													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Hoofdpijn	3 = ernstig												
	2 = matig												
	1 = licht												
Braken													
Misselijkheid													
Menstruatie													
Medicijnen (soort + sterkte)						Hoeveelheid							





## Hoofdpijndagboek 2<sup>e</sup> helft van de maand

	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31



Patiënteninformatie wordt met de grootste zorg samengesteld. Het betreft algemene informatie. U kunt aan deze uitgave geen rechten ontleen.  
© Gelre ziekenhuizen  
[www.gelreziekenhuizen.nl](http://www.gelreziekenhuizen.nl)



## Hoofdpijndagboek 1<sup>e</sup> helft van de maand

Maand: ... .. Jaar: ... ..													
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Hoofdpijn	3 = ernstig												
	2 = matig												
	1 = licht												
Braken													
Misselijkheid													
Menstruatie													
Medicijnen (soort + sterkte)						Hoeveelheid							



## Hoofdpijndagboek 2<sup>e</sup> helft van de maand

13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31

Hoeveelheid

