

# Wij behandelen mensen

Multidisciplinair samen werken aan herstel.

**In de gespecialiseerde medische behandelcentra behandelt De Gezonde Zaak al 25 jaar mensen. Dat is ook meteen een statement van Geert-Jan van der Sangen, directeur en oprichter van De Gezonde Zaak. “Wij behandelen mensen, geen klachten.”**

“Cliënten van De Gezonde Zaak hebben complexe gezondheidsklachten en meerdere aandoeningen, die bij behandeling in de medische hoek niet opgelost konden worden. Het gaat veelal om lichamelijke en geestelijke klachten, met als gevolg ook sociale problemen (comorbiditeit). Dit vraagt om een multidisciplinaire aanpak”, vertelt van der Sangen. Afhankelijk van de verwijzing kan een psychiater of een revalidatiearts hoofdbehandelaar zijn in het traject. Ongeacht het medische specialisme is de aanpak conform de richtlijnen multidisciplinair en ligt de nadruk op het verhogen van de eigen regie, niet op het wegnemen van de klacht.

## Veerkrachtige revalidatie

Aan het hoofd van het behandelteam dat het programma ‘veerkrachtige revalidatie’ uitvoert, staat revalidatiearts Menno Pont: “Veerkracht is het vermogen om terug te veren na tegenslag, door gebruik te maken van de aanwezige krachten en talenten. Dát is wat we anders willen doen dan de reguliere zorg. Onze patiënten hebben lange tijd gevochten tegen pijn en vermoeidheid en hebben vele pieken en dalen doorlopen.

Dit gevecht vergroot de disbalans alleen maar, wat uiteindelijk resulteert in een negatieve spiraal met een ontregeld pijn-, stress- en emotioneel systeem.”

Pont: “Binnen veerkrachtige revalidatie combineren we dit model met de vernieuwende definitie voor gezondheid, geformuleerd door arts-onderzoeker Machteld Huber. Het concept noemt zij ‘positieve gezondheid’ en is het vermogen van mensen zich aan te passen en een eigen regie te voeren. En wat daaraan bijdraagt zijn onze rustgevende behandelcentra. Naast de mentale en fysieke kant, nemen we ook de sociale aspecten mee. Mensen kunnen



Menno Pont

even helemaal uit hun normale ‘volle’ omgeving weg, zodat ze ongestoord bezig kunnen zijn met hun eigen gezondheids- en bezinningsproces.”

## Psychische comorbiditeit

Een behandeling vanuit de Gespecialiseerde GGZ is qua visie op gezondheid niet anders, wel hebben de cliënten vaak meer psychische comorbiditeit. Psychiater Jan Bruijn vertelt: “Een depressie gaat bijvoorbeeld vaak gepaard met een angststoornis en chronische vermoeidheid. En toch is dit goed te behandelen. Zeker wanneer dit op een multidisciplinaire wijze gebeurt. Bij De Gezonde Zaak gebruiken we een combinatie van o.a. (online) psycho-educatie, Cognitieve gedragstherapie, ACT, Leefstijladvies en Running-therapie.” Bruijn vervolgt: “Het behandelprogramma richt zich vooral op het ‘weer kunnen functioneren’ met de aanwezige klachten. Mensen leren anders om te gaan met hun klachten. Een elementair onderdeel van het programma is het beweegprogramma. Onder leiding van een fysiotherapeut worden de deelnemers op een verantwoorde manier in beweging gebracht. Lichaamsbewustwording, vertrouwen in het lichaam en het verhogen van de fysieke belastbaarheid staan daarbij centraal.”

## Terugkeer naar werk

De Gezonde Zaak heeft aandacht voor een snelle verantwoorde terugkeer naar



Jan Bruijn

het werk. Bruijn licht toe: “Werk draagt bij aan een dagritme, een gevoel van ‘zingeving’ en aan sociale interactie. Door dit op een veilige manier zo snel mogelijk, gedurende de interventie, in te zetten, herstellen cliënten sneller en duurzamer. De kans op terugval wordt kleiner doordat men het gewenste gedrag direct kan toepassen in de praktijk.”

Van der Sangen sluit af: “96% van onze cliënten behaalt het gestelde doel. Zij sluiten een traject af met meer energie en veerkracht en zijn weer in staat om de dingen te doen die belangrijk zijn, zowel in privé als op het werk. Daar zijn wij trots op!”