

ALK

Het zit tussen de oren?



Wat gaan we eigenlijk doen?

Wat verstaan
we onder ALK?

Hoe vaak komt
het nou
eigenlijk voor

Waarom
hebben mensen
klachten

Is het te
behandelen?

Wat is nou eigenlijk ALK

- Wie heeft er voorbeelden?
- Tinnitus, aanhoudende jeuk, aanhoudende vermoeidheid na kanker (of chemobehandeling), postcontusieklachten, neuropatische pijn bij diabetes, long-covid

Definitie:

- klachten die minstens enkele weken duren en het functioneren beperken of lijdensdruk veroorzaken. Dat kan in de context van een ziekte maar ook in afwezigheid van een bekende ziekte.
- Zowel biologische, psychologische en/of sociale factoren spelen een rol.

Wat is nou eigenlijk ALK

DSM-5

- Somatisch-symptoomstoornis
- Functioneel neurologische stoornis
- Ziekte-angststoornis
- Nagebootste stoornis

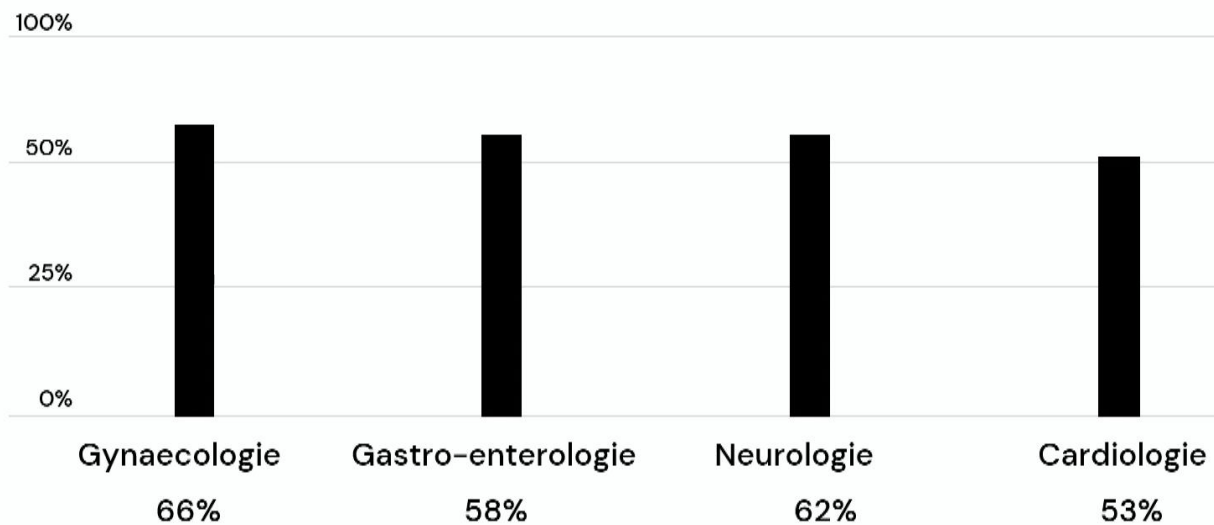
Verschil met de somatische symptoomstoornis: daar moet ook sprake zijn van disproportionele gedachten, gevoelens en gedragingen.

Even wat cijfers

Prevalentie

- Ernstige ALK: 2,5% - 5%
- Matig ernstig: 15%
- 3 mln mensen in Nederland bekend met chronische pijn.

Nieuwe consulten polikliniek waarbij geen somatische verklaring gevonden wordt (N=550) (Nimnuan e.a. 2001)



Cijfers ziekenhuis

Alk en psychiatrie

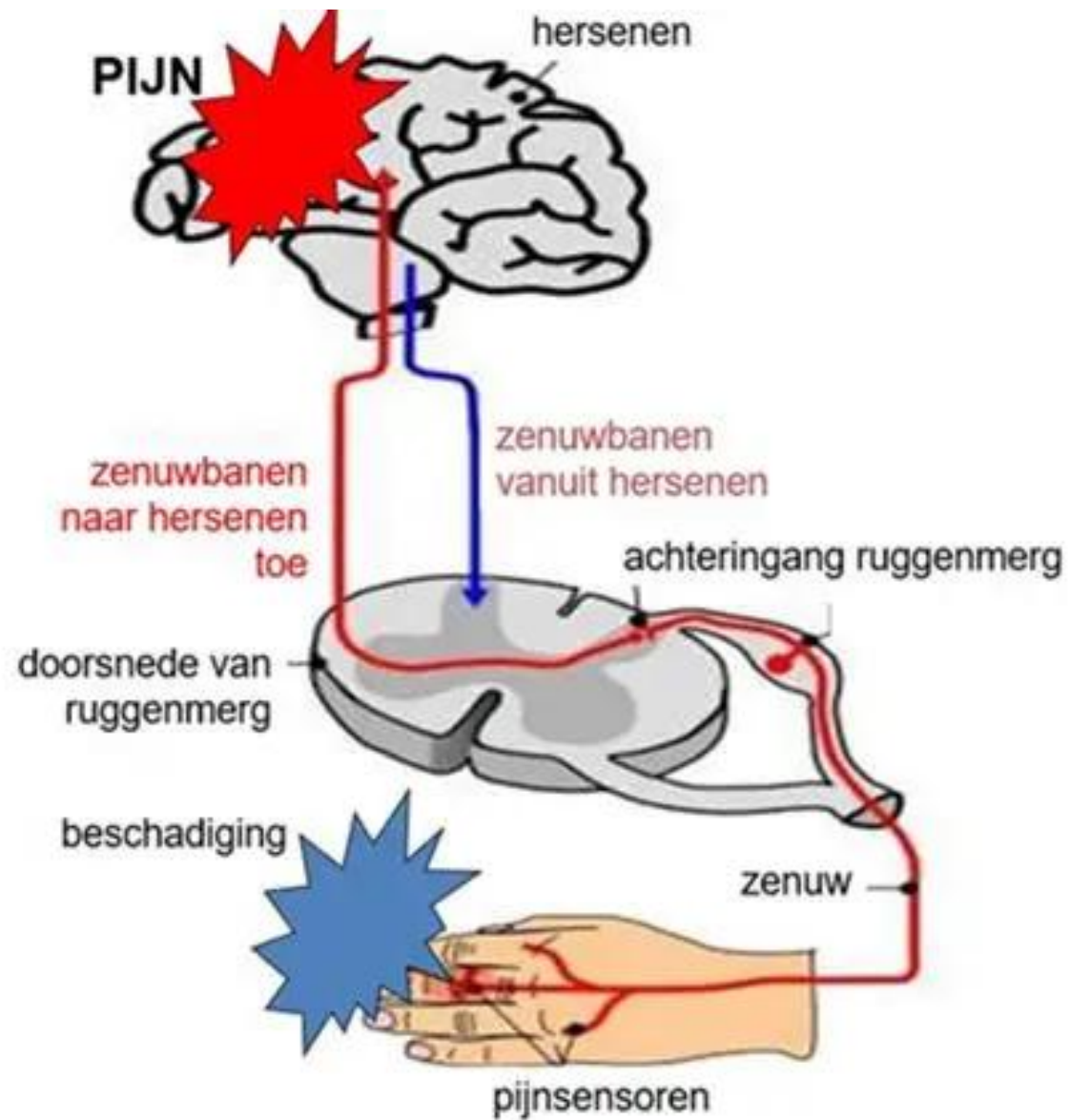
Ernstige ALK: meer dan driemaal
zoveel kans op een depressieve
stoornis of angststoornis

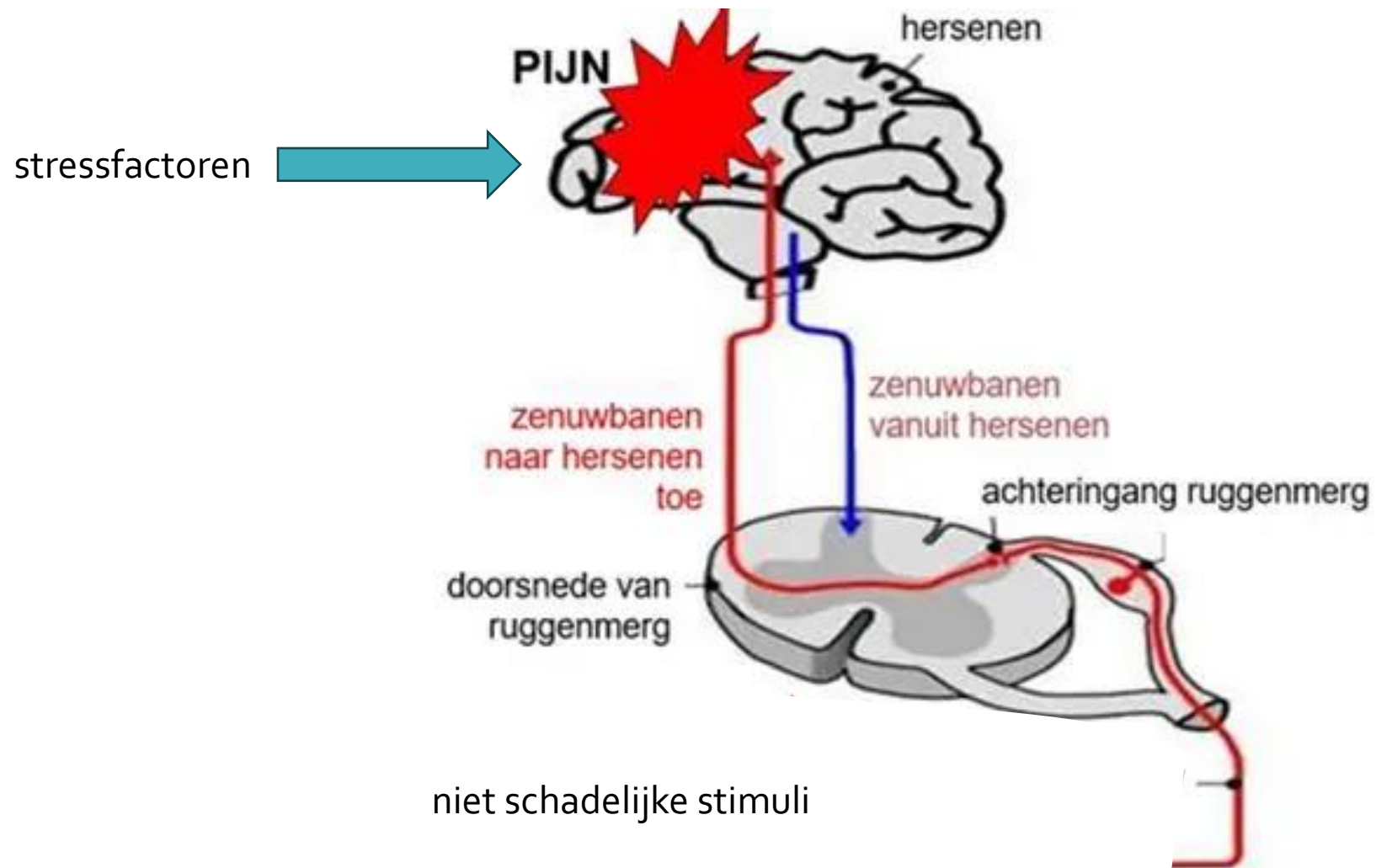
Bij ruim een kwart van deze
patiënten zijn zowel een depressie
als een angststoornis aanwezig

40.3% ALK bij ASS diagnose



Even een uitstapje naar pijn en het
zenuwstelsel





Ontstaan van lichamelijke klachten



Maar hoe te behandelen?

Een gepersonaliseerd verklaringsmodel

- Er zijn veel kwesbaarheid-, uitlokkende en instandhoudende factoren om ALK te verklaren
- Iedereen heeft samenspel van enkele of veel van deze factoren
- Een eenzijdige verklaring bestaat dus niet ('het is gewoon een onverwerkte emotie' / 'het is een op hol geslagen immuunsysteem')

Maar hoe te behandelen?

Huidige rationale:

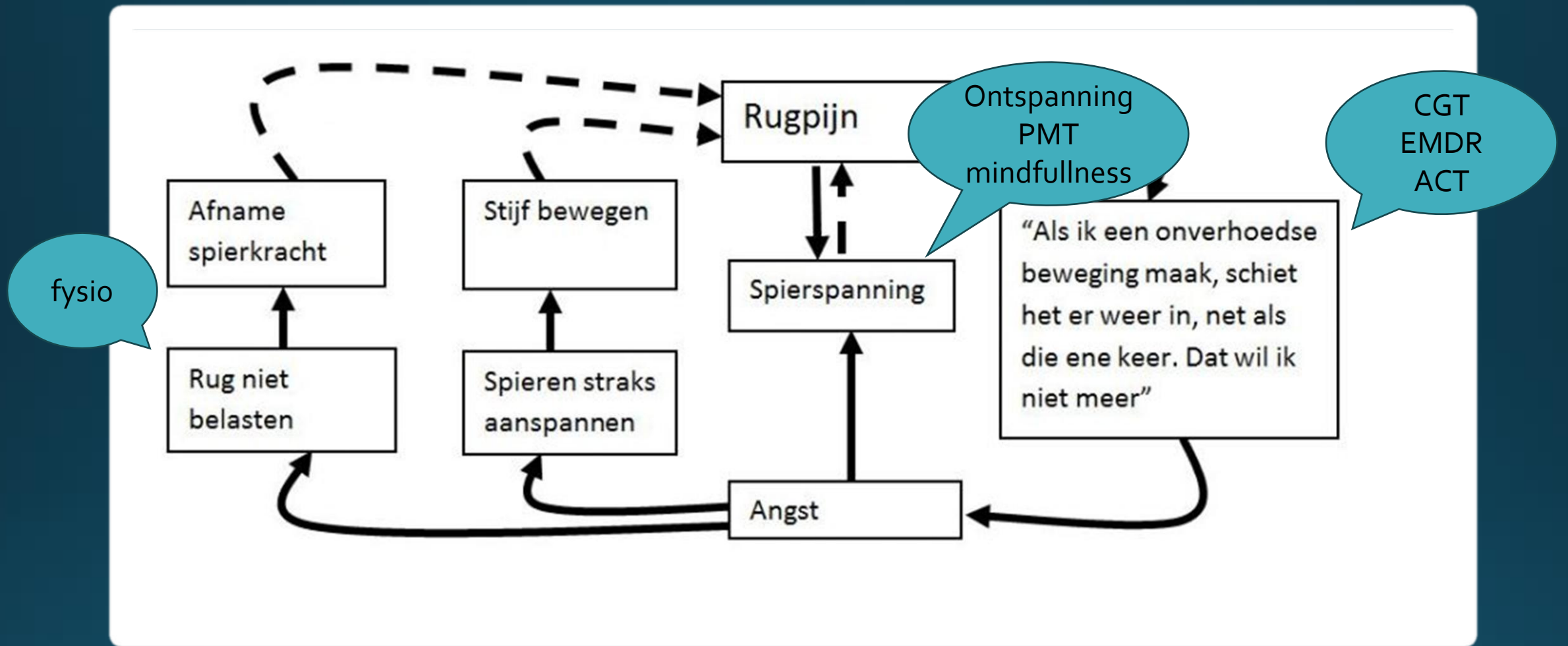
- ALK is een verstoord herstelproces
- Doorbreken van gevolgen van de klachten die hebben geleid tot een negatieve vicieuze cirkel

Maar hoe te behandelen?

- Zorgstandaard SOLK
 - CGT
 - ACT
 - Mindfulness
 - Hypnotherapie (maag-darmklachten)
 - Psychodynamische psychotherapie
 - Psychomotore therapie

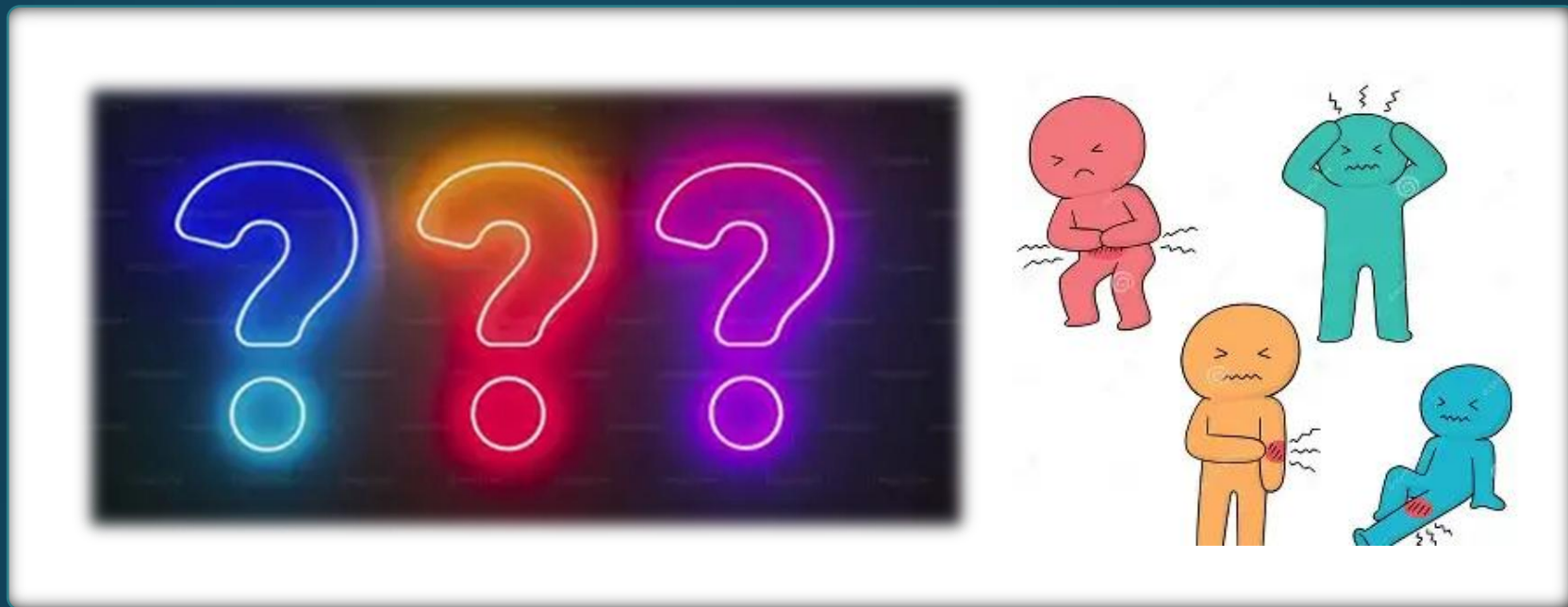
Het gevolgenmodel





Bronnen

- <https://www.retrainpain.org/languages/dutch>
- <https://www.ggzstandaarden.nl/zorgstandaarden/somatisch-onvoldoende-verklaarde-lichamelijke-klachten-solk/>
- Psyflix
- <https://nalk.info/>



Vragen?