



WEBINAR: JONGEREN MET ONBEGREPEN KLACHTEN (SOLK)

 **ZIE MIJ NU**

ProScoop

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

 **STICHTING
EMOVERE**

 **ALLES IS
GEZONDHEID**

PROGRAMMA

14.00-15.00 UUR

Blokken

1. Verhaal jongere
2. Onbegrepen klachten
3. Zie Mij Nu

Vragen, ideeën en tips:

- Via 'stel een vraag'
- Kijkersenquête na afloop



BELANG MENTALE EN SOCIAAL-EMOTIONELE GEZONDHEID



Wees eerlijk over je emoties: dat is beter voor je hart

CATEGORIE [PERSOONLIJKE GROEI](#) TEKST [SANNE EVA DIJKSTRA](#)



Meer aandacht voor sociaal en emotioneel welzijn op Snapchat

Tijd voor schoollessen over omgaan met emoties

#psychologie

We zijn verleerd naar ons lichaam te luisteren

Kwart van de studenten heeft burn-outklachten



Tieners lastig? Helemaal niet, zegt neuropsycholoog Jelle Jolles



Vaak combinatie van:

- Overgeven
- Buikkrampen
- Diarree
- Vermoeidheid
- Rugpijn
- Schouderklachten
- Hoofdpijn
- Misselijkheid
- Bekkenbodemplast
- Urineverlies
- Slapeloosheid
- Pijn in gewrichten
- Zware benen
- Slaapproblemen
- Eczeem
- Astma
- Angsten



CIJFERS EN INZICHTEN

ONBEGREPEN LICHAAMELIJKE KLACHTEN (SOLK)

- 30-50% van alle consulten bij huisartsen betreft SOLK (volwassenen)
- Bij medisch specialisten en in ziekenhuis is dit circa 40-60%
- Over percentages bij kinderen en jongeren is weinig bekend (13-23 jaar)
- Schattingen liggen tussen 15-25%

Wat kunnen we hier aan doen?





WEBINAR: JONGEREN MET ONBEGREPEN KLACHTEN (SOLK)

 **ZIE MIJ NU**

ProScoop

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

 **STICHTING
EMOVERE**

 **ALLES IS
GEZONDHEID**



*'Durf op zoek te gaan naar
het signaal achter de klacht!'*

JONGEREN MET ONBEGREPEN LICHAAMELIJKE KLACHTEN

Wico Mulder – arts M&G / MPH / Jeugdarts Adolescenten
Adviseur NCJ (Nederlands Centrum Jeugdgezondheidszorg)

7 juli 2020

SOLK

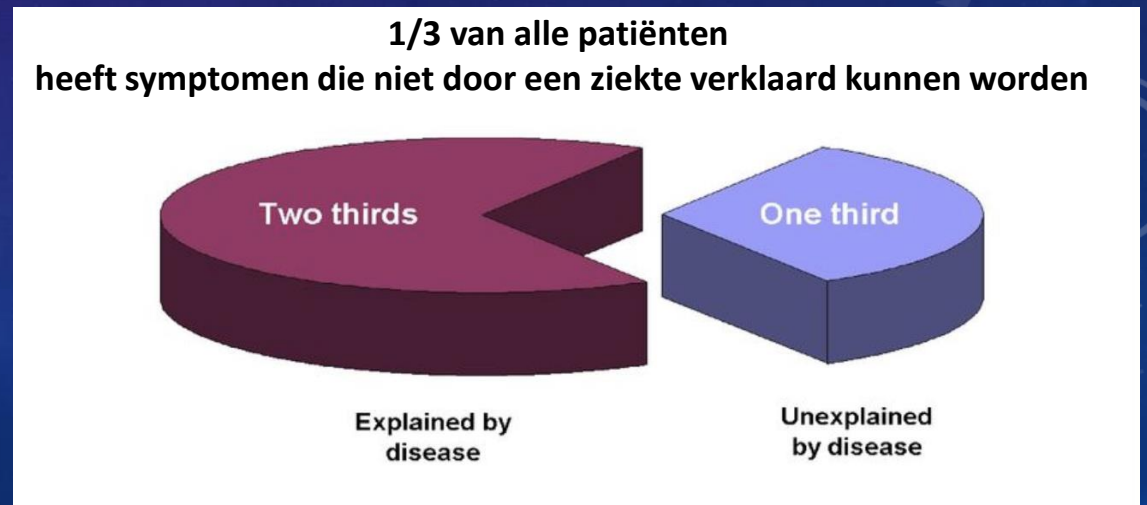
Somatisch Onvoldoende verklaarde Lichamelijke Klachten

Het betreft aanhoudende lichamelijke klachten die langer dan enkele weken duren en beperkingen geven in het dagelijks functioneren

Bij adequaat medisch onderzoek wordt geen somatische aandoening vastgesteld die de klachten voldoende kan verklaren

ALGEMENE CIJFERS SOLK

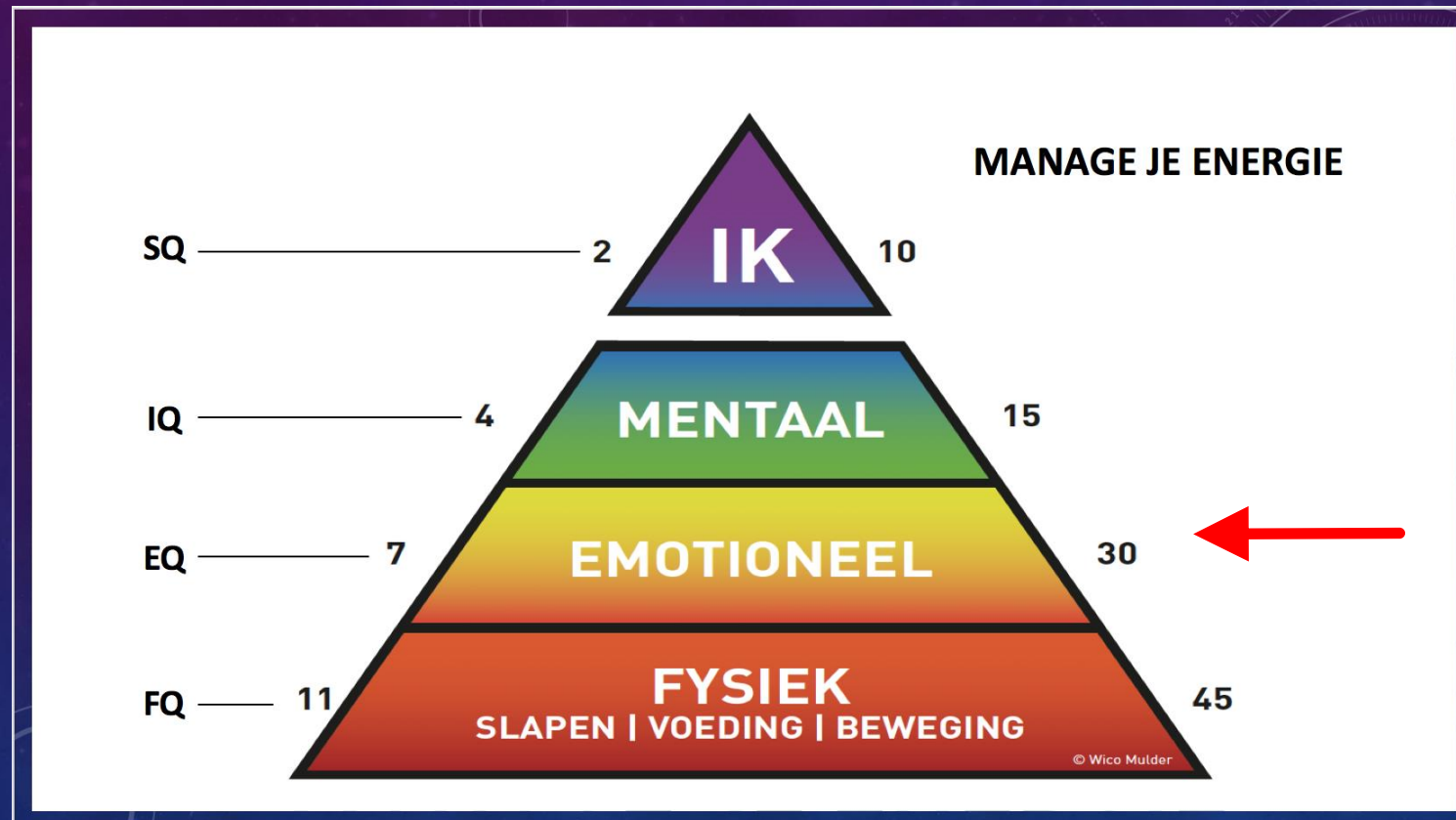
- Bij huisarts is 30 – 50% van gepresenteerde lichamelijke klachten; somatisch onvoldoende verklaard
- In het ziekenhuis ligt het percentage SOLK tussen de 41 – 66%
- 50-75% van patiënten knapt op en 10-30% heeft na een jaar verergerde klachten
- Hoge zorg- en maatschappelijke kosten
- Hoge impact op kwaliteit van leven



JONGEREN & SOLK

- Chronische Buikpijn, Hoofdpijn, Vermoeidheid & Pijn
 - Prevalentie SOLK onder jongeren 10-15%
 - Prevalentie neemt toe met de leeftijd
 - **“ER IS FYSIEK NIETS STUK”**

De balans vinden en houden tussen de 4 intelligenties
FQ, EQ, IQ & SQ is een uitdaging en van levensbelang



www.ziemijnu.nl

WAAR EN HOE LEER JE DIT?

Het paradigma van de scheiding van lichaam en geest van René Descartes (1596-1650) heeft nog steeds een enorme invloed op onze gezondheidszorg

LICHAAM (FQ) EN GEEST (IQ / SQ) ZIJN ÉÉN

**DE VERBINDENDE SCHAKEL LIGT IN ONS GEVOEL
(EQ)**

"You can't separate the body from the mind, you can't separate the human from the environment" ~ Gabor Maté

Bewustwording v/d relatie lichaam / geest (denken / voelen) is essentieel

Welke verandering is nodig bij de gezondheidsprofessional en het (zorg)systeem?

~~Ik heb niets gevonden,
dus het is niets~~

“het zit tussen de oren”



Het echte probleem is vaak “verpakt” en “verborgen”

Duiden van de klacht binnen de context / systeem

Psychosociale Problemen
(V)echscheiding / KOPP
Pesten / Eenzaamheid
Motivatie Dip
Bedplassen
Verslaving
Schulden
Agressie
COVID
ELS

**Durf op zoek te gaan
naar het signaal
achter de klacht ?**

Sociaal Emotioneel Vaardigheden in onderwijs / zorg

EQ - Het vermogen om emoties en gevoelens van jezelf en van anderen te identificeren en “begrijpen” (mentaliseren)

De mate waarin een persoon emotioneel ontwikkeld en vaardig is bepaald voor een groot deel zijn prestaties.

(zelfexpressie - zelfkennis - empathisch vermogen)

HET KWETSBARE GESPREK

Tijd nemen - Luisteren - Veiligheid
Klachten serieus nemen en NIET oordelen

Take Home Message

(PREVENTIE) SOLK

Affectie, Compassie & Warme intermenselijke relaties

hebben curatieve kracht

Take Home Message

Van GeneeskUNDE naar GeneeskUNST

The image shows a screenshot of a Wikipedia article and a website page. The Wikipedia article is titled "Koninklijke Nederlandse Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst". The text below the title states: "De Koninklijke Nederlandse Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst (KNMG) is een federatie van beroepsverenigingen van artsen en behartigt de belangen van artsen in Nederland. De vereniging is opgericht in 1849, oorspronkelijk om voor elkaar te krijgen dat er een kwaliteitseis kwam voor artsen en dat het beroep beschermd zou worden. In 1865 werd de Wet Uitoefening Geneeskunst ingevoerd. Sindsdien is de uitoefening van het artsberoep "alleen nog geoorloofd aan diegenen aan wie de bevoegdheid daartoe volgens de wet is toegekend". De KNMG geeft wekelijks *Medisch Contact* uit, het vakblad voor Nederlandse artsen." The word "der Geneeskunst" in the title is circled in red.

The website page is for the KNMG (Koninklijke Nederlandse Maatschappij tot bevordering der Geneeskunst). The page title is "Reglementen" and the main heading is "Regeling Specialismen en profielen geneeskunst". The text below the heading states: "In de Regeling specialismen en profielen geneeskunst (Regeling) is de instelling van het College Geneeskundige Specialismen (CGS), de Registratiecommissie Geneeskundig Specialisten (RGS) en de Advies- en Geschillencommissie vastgelegd." The heading "Regeling Specialismen en profielen geneeskunst" is circled in red.



WEBINAR: JONGEREN MET ONBEGREPEN KLACHTEN (SOLK)

 **ZIE MIJ NU**

ProScoop

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

 **STICHTING
EMOVERE**

 **ALLES IS
GEZONDHEID**

IRIS (CLIPJE)

JONGERE MET VERHAAL

17 jaar, zesde jaar gymnasium

Klachten: Chronisch
Vermoeidheidssyndroom (CVS),
misselijk, overgeven, hoofdpijn, buikpijn,
oorpijn, longontsteking, Pfeiffer

Ik was heel braaf en
meegaand, maar voelde mij
niet gezien en gehoord.





WEBINAR: JONGEREN MET ONBEGREPEN KLACHTEN (SOLK)

 **ZIE MIJ NU**

ProScoop

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

 **STICHTING
EMOVERE**

 **ALLES IS
GEZONDHEID**

👁️ ZIE MIJ NU



JONGEREN MET SOLK AAN HET WOORD

Verhalen van jongeren met onbegrepen lichamelijke klachten



LUNA, TOM, GEFFREY, LISAN, MATS, UNAWAMI, ISABELLE, BIBBI, MYRTHE, MICHELLE, GERLINDE, IRIS

Deze flyer is gemaakt door Geffrey en Iris voor op scholen

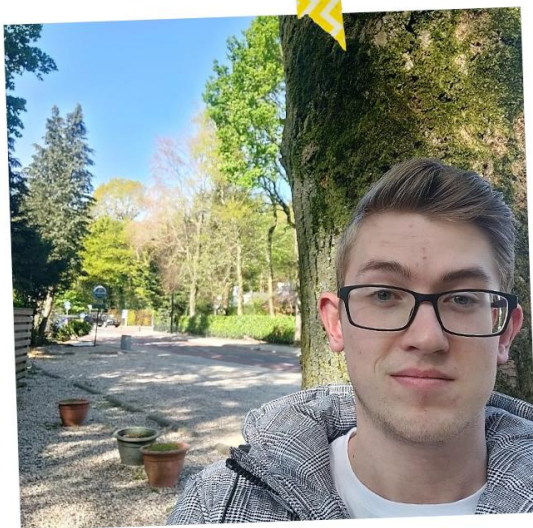
WANNEER
GA JE DE TOETS
INHALEN?

MISSCHIEN EEN
KEER OP TIJD GAAN
SLAPEN?

JE WAS ER
GISTEREN
WEL...

ALWEER
NIET OP
SCHOOL...

WAS JE WEER
AAN HET GAMEN
VANNACHT?



Geffrey (21)

CVS, Chronisch vermoeidheidssyndroom

buikkrampen, diarree, veel huilen

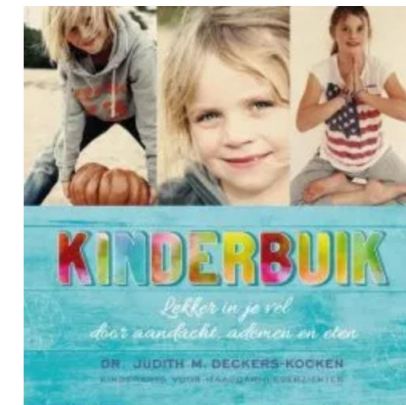
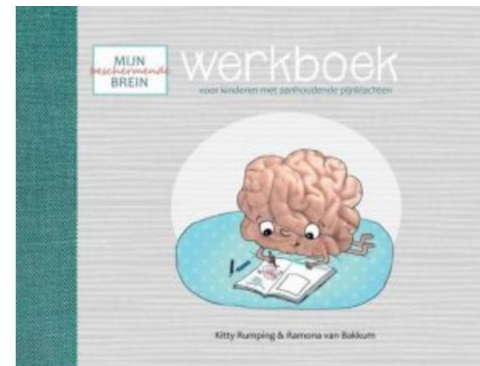


Iris (17)

CVS, misselijk, hoofdpijn, buikpijn, oorpijn, Pfeiffer

VERDER LEZEN

WWW.ZIEMIJNU.NL





WEBINAR: JONGEREN MET ONBEGREPEN KLACHTEN (SOLK)

 **ZIE MIJ NU**

ProScoop

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid

 **STICHTING
EMOVERE**

 **ALLES IS
GEZONDHEID**

BEDANKT VOOR HET KIJKEN!

- ✓ Kijkersenquête: doe je mee?
- ✓ Mail met link naar landingspagina
- ✓ Of www.ziemijnu.nl

ProScoop

NCJ Nederlands
Centrum
Jeugdgezondheid



ALLES IS
GEZONDHEID

<https://www.allesisgezondheid.nl/evenementen/webinar-jongeren-met-onbegrepen-lichamelijke-klachten-solk/>

