



Wie luistert er naar mijn chronische pijn?

FEITEN EN CIJFERS Nationale Pijnmeting

71% van de respondenten is vrouw

- 71% van de respondenten met chronische pijn is vrouw.
- De gemiddelde leeftijd van de respondenten is 50 jaar

Aard van de chronische pijn

- Meest voorkomende plaatsen waar chronische pijn wordt ervaren in het lichaam zijn:
 - o Lage rug (42%)
 - o Armen of benen (39%)
 - o Gewrichten (31%)
 - o Nek (31%)
 - o Schouder (28%)
- De meest voorkomende oorzaken zijn:
 - o Artrose (26%)
 - o Niet bekend (25%)
 - o Hernia of wervelschade (15%)
 - o Fibromyalgie (14%)
 - o Zenuwbeschade (14%)

De meeste mensen hebben ernstige chronische pijn

- 64% van de mensen geeft aan op een schaal van 1 tot 10 dat de chronische pijn de laatste week ernstig tot zeer ernstig was (7 of hoger).
- Op een gemiddelde dag heeft 58% de pijn matig tot helemaal niet onder controle (6 of hoger)

Patiënten met chronische pijn wachten jaren op een diagnose

- Bij ruim de helft (52%) van de patiënten met chronische pijn duurde langer dan een jaar tot een diagnose werd gesteld.
- Bij 41% is zelfs geen diagnose gesteld of oorzaak gevonden.
- 52% is niet of helemaal niet tevreden over de opgegeven verklaring voor de chronische pijn.
- 58% zegt langer dan een jaar te hebben gezocht naar een goede behandeling.

De zorgvraag

- 20% van de mensen met chronische pijn geeft aan geen arts of behandelaar te hebben bezocht.
- 30% van de mensen die in het afgelopen jaar wel een arts/behandelaar heeft bezocht heeft dit 10 keer of vaker gedaan voor hun chronische pijnklachten.
- 70% heeft hulp gezocht bij de huisarts; nog eens 52% bij een specialist; 52% bij een fysiotherapeut of andere therapeut
- 32% heeft wel eens een pijnkliniek of pijnpoli bezocht

Als chronische pijn niet adequaat wordt behandeld, kan dit van invloed zijn op iemands vermogen om te werken

- 9 % van de patiënten met chronische pijn is helemaal niet meer in staat om de dagelijkse werkzaamheden uit te voeren vanwege chronische pijn.
- Slechts 18% van de 10.000 respondenten heeft een fulltime baan

Ondanks hun aandoening willen patiënten met chronische pijn werken en een bijdrage leveren aan de maatschappij

- 73% wil graag een actief lid van de samenleving zijn.
- Bijna een kwart van deze mensen (23%) vreest door hun pijn hun baan kwijt te raken en 28% is bezorgd dat ze door hun pijn geen carrière kunnen maken.

Chronische pijn is van invloed op iemands relaties en privéleven

- 47% van de patiënten met chronische pijn vindt dat de pijn een negatieve invloed heeft op hun relatie met familie en vrienden en bijna een kwart (24%) vindt dat ze door hun pijn in een sociaal isolement terechtgekomen zijn.

Patiënten met chronische pijn hebben kans op een depressie

- 51% van de chronische pijnpatiënten denkt dat mensen aan het bestaan van hun pijn twijfelen en heeft door pijn minder sociale contacten
- 71% slaapt slecht door de pijnklachten en 60% voelt zich vaak somber
- 75% denkt niet binnen een jaar van de pijnklachten af te zijn

Internet en de huisarts zijn de belangrijkste bronnen van informatie over chronische pijn voor de patiënt (60% versus 46%). Daarna volgen artikelen uit kranten of tijdschriften of geen informatiebronnen (beide 26%).

Belangrijkste tips en adviezen van patiënten zijn: 'Neem de klachten serieus', 'geef niet op', zorg dat je gehoor vindt bij een goede behandelaar', 'leer ermee om te gaan'.