

Uw huisarts of specialist heeft u verwezen naar het NKCV? Dan volgt daarna de “vermoeidheidsdiagnostiek”. In een periode van vier tot zes weken komt u een aantal keer naar ons centrum voor een gesprek met een van de behandelaars, draagt u een actometer en vult u diverse vragenlijsten in. De vermoeidheidsdiagnostiek is uitgebreid omdat we zeker willen weten dat u van cognitieve gedragstherapie kan profiteren, vóórdat u aan de intensieve behandeling begint.

Verwijzing door huisarts/specialist



**Screeningsvragenlijst**  
Via e-mail of per post.



**Kennismaking**  
1 à 2 gesprekken met psycholoog (en soms een arts).

Duur: ca. 1 uur



**Metingen**

- Actometer: 2 weken dag en nacht dragen
- Dagboek: 2 weken 5x per dag bijhouden
- Vragenlijsten: 2 sets, digitaal in te vullen



**Uitslaggesprek**

Uitslaggesprek met psycholoog. Er wordt besproken of cognitieve gedragstherapie bij uw situatie past.

Duur: ca. 1 uur

Terugverwijzing naar huisarts indien er onvoldoende aanknopingspunten voor behandeling zijn.



**Start behandeling**

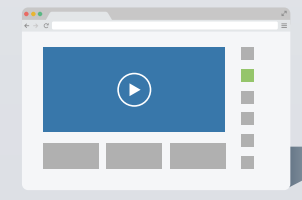
Behandeling met cognitieve gedragstherapie. Gemiddeld duurt de behandeling 5 tot 8 maanden.

Ca. 12 gesprekken van 50 minuten



**Wat is cognitieve gedragstherapie?**

U leert anders naar uw vermoeidheid te kijken en er anders op te reageren. Het doel is herstel van ernstige vermoeidheid.



**Internetbehandeling**

De behandeling kan face-to-face of via internet worden gevolgd. Tijdens het uitslaggesprek hoort u welke vorm bij uw situatie past.

**Wat is een actometer?**

Een actometer is een apparaat om je activiteit te meten. Deze wordt om je enkel geplaatst.



Meedoen aan een van de wetenschappelijke onderzoeken? Als u hiervoor in aanmerking komt zal de psycholoog dit met u bespreken.

Doel bereikt: Herstel!



**Nameting**

Vragenlijsten om herstel te meten