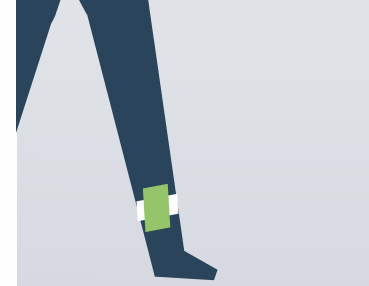




Uw huisarts of specialist heeft u verwezen naar het NKCV? Dan volgt daarna de “vermoeidheidsdiagnostiek”. In een periode van vier tot zes weken komt u een aantal keer naar ons centrum voor een gesprek met een van de behandelaars, draagt u een actometer en vult u diverse vragenlijsten in. De vermoeidheidsdiagnostiek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



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



**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.



Verwijzing door huisarts/specialist



**STAP 1**

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



**STAP 2**

**Kennismaking**  
1 à 2 gesprekken met psycholoog (en soms een arts).  
Duur: ca. 1 uur



**STAP 3**

**Metingen**

- Actometer: 2 weken dag en nacht dragen
- Vragenlijsten: 2 sets, digitaal in te vullen



**STAP 4**

**Uitslaggesprek**  
Uitslaggesprek met psycholoog. Er wordt besproken of cognitieve gedragstherapie bij uw situatie past.  
Duur: ca. 1 uur

**STAP 5**

**Start behandeling**  
Behandeling met cognitieve gedragstherapie. Gemiddeld duurt de behandeling 5 tot 8 maanden.  
Ca. 12 gesprekken van 50 minuten

Terugverwijzing naar huisarts indien er onvoldoende aanknopingspunten voor behandeling zijn.



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