

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

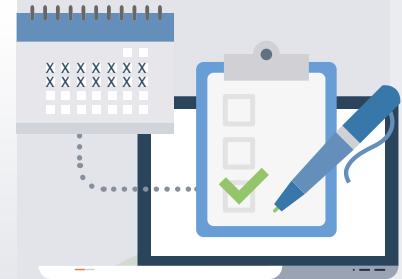
Verwijzing door huisarts/specialist



Screeningsvragenlijst
Via e-mail of per post.



Kennismaking
1 à 2 gesprekken met psycholoog
Duur: ca. 1 uur



Metingen

- Bewegingsmeter: 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 jouw situatie past.
Duur: ca. 1 uur

Terugverwijzing naar huisarts indien er onvoldoende aanknopingspunten voor behandeling zijn.



Wat is cognitieve gedragstherapie?
Je leert anders naar je vermoeidheid te kijken en er anders op te reageren. Het doel is dat je na behandeling niet langer ernstig moe bent.



Internetbehandeling
De behandeling kan face-to-face of via internet worden gevolgd. Geef je voorkeur tijdens de intake aan, we proberen hier rekening mee te houden. Tijdens het uitslaggesprek hoor je welke vorm bij jouw situatie past.



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



Meedoen aan een van de wetenschappelijke onderzoeken? Als je hiervoor in aanmerking komt zal de psycholoog dit met je bespreken. Je moet voor deelname altijd schriftelijk toestemming verlenen.



Doel bereikt: niet langer ernstig moe!

Nameting
Vragenlijsten om effecten behandeling te meten