**Casus:**

Het betreft een man van 40 jaar met lage rugpijn.

Sinds 4 maanden pijnklachten lage LWK en re mid-gluteaal tot begin rechter bovenbeen.

Beloop: de pijnklachten worden in lichte mate minder en de beperkingen nemen in lichte mate af.

Beperkingen: normale werk, zitten, bukken, tillen.

Oorzakelijke factoren: door verhuizing.

Werk: zwaar fysiek werk, aangepast werk momenteel.

ODI: 35, aanzienlijke beperkingen.

STarT Back Screening Tool: 5, sub-uitslag psychologie 1, middelmatig risico voor het ontwikkelen van persisterende invaliderende lage rugpijn.

***Korte vragen over deze casus plenair gepresenteerd op 04-04-2019***

1. Op welke wijze gaan we inzetten als RNT therapeut om het probleem te onderzoeken?

2. Maak een SMART geformuleerde doelstelling voor deze patiënt over de change objectives

3. Welke therapie doelstelling op basis van tabel 1 in het GLA:D programma zet je in en hoe pas je deze toe?

4. Welke van de ‘primary goals of instruction’ (zie bijlage over die 5 voorwaarden voor oefentherapie en de daarbij passende adviezen / instructies) zie je als de meest belangrijke voor het behalen van de genoemde doelstelling?

5. Extra vraag: Is er in jullie groep behoefte aan een GLA:D RNT programma?

***RNT opdracht tijdens bijeenkomst 04-04-2019 om in groepen uit te werken.***

**Bij bovenstaande patiënt zijn mogelijk een of meer van de 12 ‘te bereiken doelen’ (achievable change objectives) opportuun. Twee daarvan gaan jullie uitwerken**

-1*. Op welke wijze stel je vast of inderdaad sprake is van een tekortschieten op dat te bereiken doel?
- 2. Formuleer een SMART geformuleerde doelstelling voor een patiënt met die change objective?
- 3. Op welke wijze ga je oefentherapie toepassen om dat doel te realiseren?
- 4. Zijn er passende tips uit het bestandje: doelen & uitvoering van GLA:D oefeningen?*

**12 Change objectives**

|  |
| --- |
| **1. Quality of Life** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **2. Self-efficacy, and sense of Control** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **3. Self-management Disability** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **4. Pain experience and control over pain** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **5. Negative thoughts and beliefs** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **6. Structural beliefs** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **7. Expectations about exact diagnosis and imaging** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **8. Better interaction with health professionals** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **9. Free and natural Movements** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **10. Fear of movement** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **11.Muscle strength Exercise** |
|  |
|  |

|  |
| --- |
| **12.Physical fitness** |
|  |
|  |