

Index

Activiteitenblok 36,37

Acute pijn 8

Adrenaline 39, 54,56

Amitriptyline 23

Basismeting 37

Basisniveau 35, 36

Bedrijfsarts 81,83

Begrip en onbegrip 13, 59, 76, 78-80, 83

Belastbaarheid 7, 21, 27-29, 38, 68

Benzodiazepines 24, 25

Bewegingstherapie 37

Bijnieruitputting 12

CBD olie 25

Chronische pijn 8, 22, 60, 63, 68, 75, 93

Chronisch gegeneraliseerd pijnsyndroom 4, 8, 15

Chronisch vermoeidheidssyndroom 10, 57

Codeïne 24

Communicatie 13, 15, 39, 64-66, 77, 78

Concentratiestoornissen 8

Cortisol 12, 31, 54-57

Dagindeling 29

Dagregistratie 29

Darm 7, 8, 18, 32, 39, 40, 42-45, 47, 51-53, 56

Depressie 7, 12, 22-24, 35, 38, 43, 56, 57, 60, 75

Diazepam 25

Diclofenac 19, 24

Diepe slaap 30, 31

Droomslaap 31

Duloxetine 23

Ergotherapie 5, 38, 69, 70

EMDR 65, 85

Gabapentine 25

Gluten 40, 42, 51

Groeihormoon 14

Homunculus 17

Hoofdpijn 7, 8, 24, 25

Huishouden 33, 36,71

Ibuprofen 19,24

Immuunsysteem 10, 12, 14, 35, 39, 48 50, 52-55, 57, 64

Infectie 8, 12, 14, 16

Krachtverlies 8, 94

Lekkende darm 39, 40

Maagzuur 39, 40, 41, 44

Medicinale cannabis 25,85

Melatonine 31, 56, 57

Metabolisme 32

Mindfulness 63

Mitochondriën 32, 33

Muziek 63

Naproxen 19, 24

NSAID 19, 24, 39

Obstipatie 12, 39, 42
Omega 47, 49, 50, 54
Ontlasting 42, 43
Ontspanningsoefeningen 32, 37, 62, 63, 70
Ontstekingsgevoeligheid 12
Onder- en overbelasting 21
Overgevoeligheid 8, 12, 16, 19, 30, 40
Overgewicht 22, 50

Paracetamol 19, 23, 24, 78
Pijncontingent 35, 37
Pijndemping 15
Pijngevoeligheid 56
Pijnmedicatie 19, 22
Pijnscore 9
Prikkelbare/spastische darm_8, 39
Probleemstrategieën 59

Reuma 4, 9, 10-14, 53, 85
Roken 22, 41, 59
Ruggenmerg 15, 17, 19, 54, 55

Schildklier 11, 12, 31, 48
Sensitisatie 15, 17, 19, 21, 23, 24, 30, 35
Seksualiteit 14, 56
Serotonine 14, 31, 32, 39, 42, 43, 56, 64
Slaap 7, 8, 12, 21, 22, 25, 30-32, 53, 56, 57, 64, 65
Somatisch Onvoldoende Verklaarde klachten (SOLK) 7, 21
Somasensorische/Lichaamskaart 17, 18
Spierspanning 21, 54, 60
Spiervezels 33, 42
Spijvertering 40-45, 50-52, 55, 56
Stijfheid 7, 8, 12, 21, 36, 38, 94
Stress 9, 12-14, 16, 21, 22, 28, 31, 32, 38, 39, 42, 49, 54-57, 59, 60, 62, 63, 69, 76, 78, 79, 81, 89
Suiker 31, 32, 51
Sympathische zenuwstelsel

Tenderpoints 9, 10, 15
Tijdcontingent 35,37
Tramadol 24
Trauma 14, 21, 65

UWV 81, 83

Vermoeidheid 7-13, 22, 23, 29, 30, 33, 39, 40, 42, 57, 70, 76, 77, 90, 91, 93
Verzuring 33, 43-45
Virus 57
Vitaminetekort 12
Voeding 22, 32, 39-45, 47-49, 51, 52, 54, 56, 57, 67, 85

Werk 14, 15, 28, 29, 59, 67, 77, 79, 81, 83
Winderigheid 40, 41

Zelfwaardering 35, 68, 77
Zenuwstelsel 14, 15, 21, 54-57
Ziekmelding 81
Zuivel 40, 42, 52, 53