

# Gesprekskaart Hoofdpijn en werk

---

## I. Verbinden - Wat voor werk doet u?

Bij jou als behandelaar ligt de focus op de behandeling en patiënten zien werk nog niet altijd als een mogelijk te bespreken onderwerp. Ook realiseert de patiënt zich misschien onvoldoende dat werk zowel positief als negatief kan bijdragen aan de behandeling. Om deze redenen zul je in het gesprek eerst (meer) ruimte voor het thema werk moeten creëren. Dat is het doel van de **beginvraag**: om verbinding te maken met de patiënt over het thema werk. Mogelijke doorvragen, ook voor vervolgsconsulten, zijn:

- Wat is uw beroep? Toelichting: Er bestaat een onderscheid tussen beroep en functie. Men kan een beroep hebben zonder te werken, en een functie verrichten zonder een beroep te hebben. Functies worden door organisaties bepaald, terwijl beroepen maatschappelijk worden bepaald, onder meer door -zelf gekozen- opleidingen.
- Heeft u plezier en/of voldoening in uw werk? Toelichting: Vraag hier naar plezier en/of voldoening in de werkzaamheden of anderszins in het werk, en dus nog niet naar negatieve invloed van de hoofdpijnklachten op het werk. Idee is dat u hier vraagt naar het positieve voor de patiënt van het werk.

---

## II. Screenen - Hoe gaat het op uw werk?

Dit is de terugkerende **kernvraag**. Met deze vraag geef je gericht aandacht aan het werk van je patiënt. Met de screeningsvraag help je de patiënt om werkproblemen (tijdig) te onderkennen en het werk zo nodig en zo mogelijk passend(er) te maken. Belangrijke dóórvragen, ook voor vervolgsconsulten, zijn:

- Hoeveel uren werkt u en waar loopt u door uw hoofdpijn in/op het werk precies tegenaan? Toelichting: Te denken valt onder andere aan: onbegrip bij collega's of leidinggevenden, verslechterde werkrelaties, taken niet goed gedaan krijgen, vaak ziek moeten melden, werk moeten inhalen, last van licht of geluid.
- Is men op het werk op de hoogte van uw hoofdpijn? Toelichting: Vraagt u hierbij eventueel door op wát precies is verteld en aan wie; wie zijn waarvan op de hoogte? Vraag ook of er met de bedrijfsarts contact is, of is geweest.
- Zijn werk en privé voor u in balans? Toelichting: Hierbij gaat het om de balans inspanning-ontspanning, maar ook om de balans tussen verplichte tijd (werk en noodzakelijke privé-activiteiten) en zelf in te vullen vrije tijd, met sociale activiteiten, sporten en hobby's (nota bene: en exclusief noodzakelijke bedrust in verband met hoofdpijn).
- Ziet u zichzelf uw huidige werk over vijf jaar nog steeds doen? Toelichting: *Bij deze vraag gaat het er om in hoeverre mensen zich zorgen maken over de toekomst, in het bijzonder met betrekking tot werk(behoud).*

## III. Ondersteunen - Heeft u behoefte aan ondersteuning?

In de **slotvraag** gaat het erom of de patiënt ondersteuning wenst, en of hij of zij die nodig heeft. Het gaat dus ook om jouw inschatting van het belang of de noodzaak van ondersteuning. In de bespreking van de slotvraag kun je met de patiënt samen beslissen welke ondersteuning (eventueel) nodig is, in het kader van goed blijven functioneren en werkbehoud.

Bespreek de vier verwijsopties:

1. naar online informatie over werk en hoofdpijn.
2. naar een gesprek over de werk-hoofdpijn-situatie met Adviespunt Werk van Hoofdpijnnet.
3. naar een dergelijk gesprek met de bedrijfsarts.
4. naar dat gesprek met de eigen werkgever.
- 5.

Vertel over alle vier de verwijsmogelijkheden: wat ze inhouden en neem de voor- en nadelen door (zie KeuzehulpVerwijsoptiesHoofdpijnEnWerk.pdf). Benadruk dat er geen beste optie is. Het gaat erom dat de patiënt tot de voor hem of haar juiste keuze komt; de keuze die uiteindelijk de voorkeur geniet. Benoem tevens, dat niets doen ook een optie is. Net als het kiezen voor meerdere opties. Als je zelf een uitgesproken voorkeur heeft, dring die dan niet aan de patiënt op. Geef de patiënt tijd en ruimte om zelf te beslissen wat hij of zij wil. Is een besluit genomen, controleer dan of de patiënt tevreden is met de gemaakte keuze. Spreek tot slot af om in het volgende consult op het onderwerp werk terug te komen.