



## Nieuwsbrief Aangezichtspijn

Werkgroep Aangezichtspijn van NVvHP

### Onderwerpen

1. [Informatiedag Aangezichtspijn](#)
2. [Health Topic List](#)
3. [Tips voor het bezoek aan een tandarts](#)
4. [Richtlijn Aangezichtspijn](#)
5. [Optimisme en pijnervaring](#)
6. [Kopij en reactie](#)
7. [Voorlichting](#)

### Nieuwsbrief

Beste,

Hierbij ontvangt u de derde nieuwsbrief van 2013. Als u de plaatjes in dit bericht niet ziet, klik [hier](#) voor uitleg over hoe u de nieuwsbrief goed kunt zien.

Werkgroep Aangezichtspijn

### Informatiedag Aangezichtspijn 2013

In Nieuwsbrief 2 is het volledige programma van de informatiedag Aangezichtspijn op 5 oktober al vermeld. Indien u dat hebt gemist, kunt u het alsnog opzoeken op de website [www.aangezichtspijn.nl](http://www.aangezichtspijn.nl).

**i**nformatie

Wij denken dat we een afwisselend en gevarieerd programma hebben samengesteld waar u weer de nodige kennis over deze aandoening en aanverwante zaken kunt opdoen. Daarnaast zijn er mogelijkheden tot vragen stellen aan deskundigen en lotgenotencontact.

De toegang is gratis, en wij hopen op uw komst. (MSv)

### Health Topic List van Verenigde Naties



De WHO (World Health Organization) is een onderdeel van de Verenigde Naties. Eerstgenoemde organisatie heeft als doel om op mondiaal niveau allerlei gezondheids-verbeterende activiteiten te ontwikkelen. Daarvoor heeft zij onder andere een zgn. [Health Topic List](#) ontwikkeld.

Op de Health Topic List staat een groot aantal ziektes en kwalen vermeld met daaraan gekoppeld een veelheid aan algemene en actuele informatie over die zaken. Op genoemde lijst staat "Hoofdpijn" wel genoemd. Ook is er een uitsplitsing naar verschillende soorten hoofdpijn, maar Aangezichtspijn ontbreekt.

Via de website [www.tnnme.com](http://www.tnnme.com) kunt u een petitie ondertekenen met als doel om Aangezichtspijn alsnog op de lijst geplaatst te krijgen. De initiatiefnemers hopen hiermee Aangezichtspijn meer onder de internationale aandacht te brengen en daardoor ook fondsen te werven voor meer onderzoek. De groep heeft ook 7 oktober 2013 uitgeroepen tot de eerste "International Trigeminal Neuralgia Awareness Day". (voor meer informatie verwijst ik u naar genoemde website)

### Tips voor het bezoek aan een tandarts



(Bron: [website](#))

Patiënten met aangezichtspijn zien doorgaans op tegen een bezoek aan de tandarts. Zelfs in een pijnvrije periode is er toch de angst dat de pijn door tandheelkundige ingrepen terugkomt.

Hieronder een aantal tips.

- Informeer de tandarts dat u aangezichtspijn hebt en dat alleen in pijnvrije periodes ingrepen mogelijk zijn. Hierdoor kweekt men hopelijk begrip bij de tandarts en kunnen afspraken, indien nodig, wellicht net voor het geplande tandartsbezoek toch worden verzet.

- Verhoog voor het tandarts bezoek, in overleg met de behandelend arts, zo nodig de dosis medicijnen. Let daarbij ook goed op het moment waarop u dat doet. Doorgaans weet u uit ervaring op welk moment van de dag de medicijnen het meest effectief zijn. Neem zo nodig een ander pijnstillende middel.

- Overleg met de tandarts welk soort verdoving hij gebruikt. Ik heb begrepen dat er best grote verschillen zijn. Geef ook duidelijk aan waar de pijnpunten zitten; wellicht kan de tandarts hier rekening mee houden.



- Indien tandheelkundige ingrepen een absolute noodzaak zijn, maar de aangezichtspijn dit toch niet mogelijk maakt, is algehele verdoving een optie. Zie dit wel als een laatste mogelijkheid.

(Het bovenstaande is een deel van het artikel op genoemde website)

Voor wie dit wil, patiënten met Aangezichtspijn kunnen ook hun ervaringen via deze nieuwsbrief delen. Ook kan dit via ons [forum](#), waar dagelijks kennis en ervaringen over aangezichtspijn worden gedeeld en uitgewisseld.

---

## De Richtlijn Aangezichtspijn

En eindelijk kunnen we zeggen; de Multidisciplinaire Richtlijn Aangezichtspijn is klaar. Het was een bijna onmogelijke opgave, maar we hebben de eindstreep gehaald. Toen we er ruim 5 jaar geleden aan begonnen hadden we geen idee dat het zo lastig zou zijn en dat het zoveel tijd zou kosten.

We zijn erg blij met dit resultaat. Als het goed is weten straks alle behandelaars wat aangezichtspijn is en hoe die lastpost kan worden aangepakt. Veel dank aan al die mensen van de RAP, de Richtlijnwerkgroep, die hiervoor vele uren in touw zijn geweest. Het waren intensieve besprekingen met heel veel huiswerk.

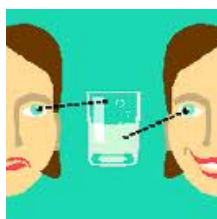


Op dit moment is de Patiëntenversie van de Richtlijn nog niet rond. Wij hopen dat ook dit nog voor 5 oktober zal lukken.

Jan Helder en Ella Lever, patiëntenvertegenwoordigers in de RAP.

---

## Optimisme en pijnervaring



Een recent onderzoek uitgevoerd door een faculteit van de Universiteit van Maastricht duidt erop dat er een verband is tussen enerzijds de mentale gemoedstoestand en anderzijds de pijnbeleving.

Dit verband werd al lang verondersteld maar is nu in een onderzoek bevestigd (het betrof echter geen grootschalig onderzoek).

Deelnemers aan een onderzoek die in een 'optimistische' gemoedstoestand waren, hebben bepaalde pijnprykkels minder sterk ervaren dan deelnemers in een 'gewone' gemoedstoestand.

En weer realiseer ik me dat ik bij de volgende pijnperiode niet eerst dagen chagrijnig moet zijn, maar denken dat het over een bepaalde tijd weer over is. En het zonnetje schijnt.

---

## Gift



Het uitgeven van een Nieuwsbrief, de website van de werkgroep en het organiseren van een Aangezichtspijndag kosten veel geld. Wellicht wilt u de Werkgroep Aangezichtspijn financieel steunen.

Stort uw bijdrage op rekeningnummer 536367 t.n.v. Ned Ver. v



Hoofdpijnpatiënten, Werkgroep Aangezichtspijn, Arnhem. Dank u wel.

---

## Kopij en reactie



Wilt u zelf uw ervaringen m.b.t. Aangezichtspijn met lotgenoten delen? Hebt u zelf nuttige tips?? Hebt u vragen?? Stuur uw berichten naar [M.Schieven@planet.nl](mailto:M.Schieven@planet.nl). (MSv)

---

## Voorlichting

Bij het secretariaat van de NVvHP (op de [NVvHP website](#), onder het kopje Lectuur) zijn o.a. te bestellen:

- **De verzameling artikelen uit Hoofdzaken: Vijf jaar Aangezichtspijn** (prijs € 7,00);
- **Brochure Aangezichtspijn** (kosteloos als pdf-bestand te [downloaden](#)).



### - Aangezichtspijn de Baas

bij de [Wetenschapswinkel Geneeskunde en Volksgezondheid](#) Rijksuniversiteit Groningen, (050 3633109)

### Nieuwe leden

U kunt zich [opgeven](#) als lid van de Werkgroep Aangezichtspijn en daardoor van de Nederlandse Vereniging van Hoofdpijnpatiënten (NVvHP) via het bureau, adres **NVvHP Postbus 2185, 3800 CD Amersfoort** of telefonisch op nummer **0900 2020590**. U steunt hiermee het werk van vereniging en werkgroep, krijgt dan vanzelf het tijdschrift van de vereniging "Hoofdzaken", onze Nieuwsbrieven en uitnodigingen voor onze Aangezichtspijndagen. Dat kost €25 per jaar.

---