

# FEAR-AVOIDANCE MODEL

## PIJNVERMIJDEND GEDRAG

### LAGE RUGPIJN

een patient met inadequate cognities en lage rugpijn beweegt minder

### BEWEGING

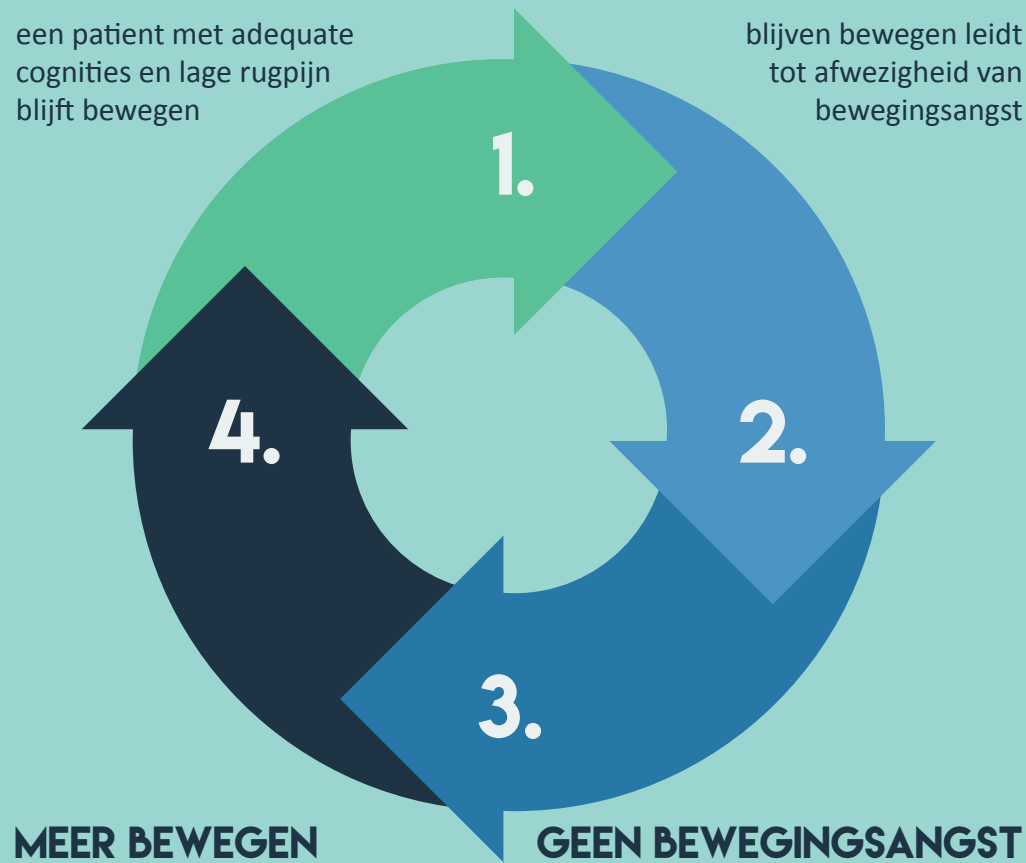
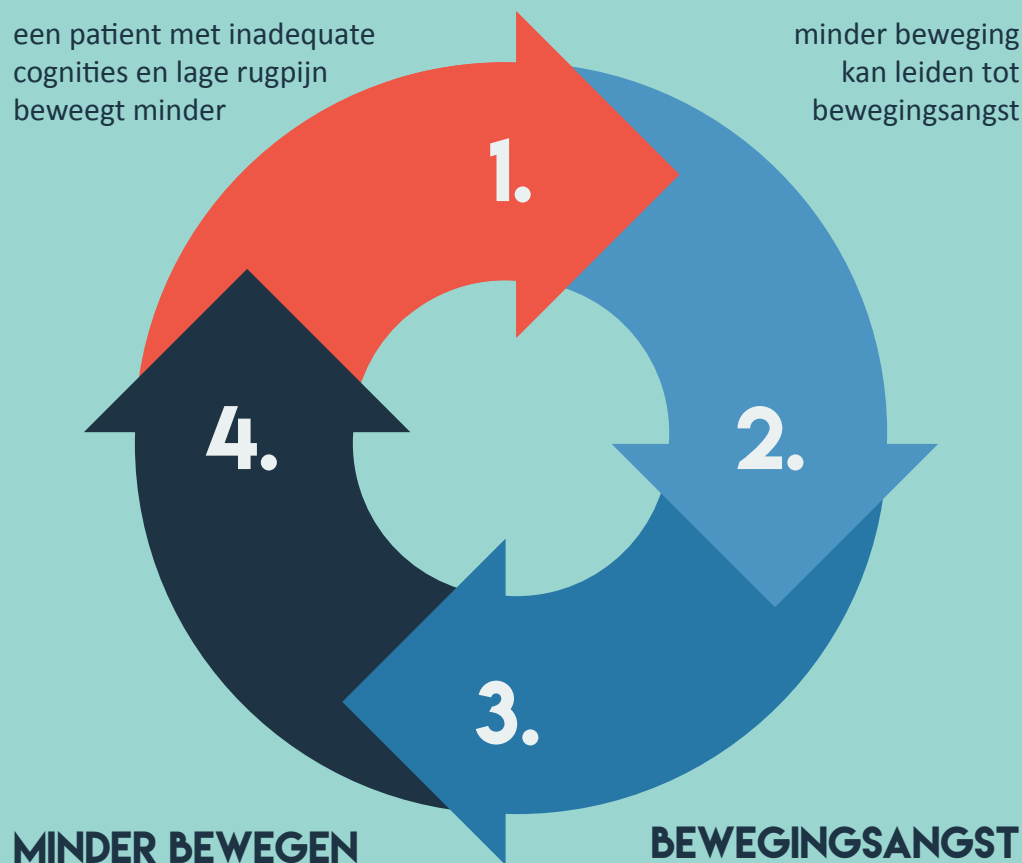
minder beweging kan leiden tot bewegingsangst

### LAGE RUGPIJN

een patient met adequate cognities en lage rugpijn blijft bewegen

### BEWEGING

blijven bewegen leidt tot afwezigheid van bewegingsangst



### MINDER BEWEGEN

terwijl minder bewegen zorgt voor een trager herstel van lage rugpijn

### BEWEGINGSANGST

patienten met bewegingsangst zijn bang om weefselchade te creëren door (te)veel te bewegen

### MEER BEWEGEN

(meer) bewegen zorgt voor een vlotter herstel van lage rugpijn

### GEEN BEWEGINGSANGST

patienten zonder bewegingsangst zijn niet bang om weefselchade te creëren door te bewegen