

Pijn bij kinderen

informatiebrochure



Inhoud

● Inhoud.....	1
● Pijn.....	3
● Pijn meten.....	3
● Kinderen jonger dan vier jaar.....	4
● Kinderen tussen vier en zes jaar.....	5
● Kinderen vanaf zeven jaar.....	6
● Pijn behandelen met geneesmiddelen.....	7
● Algemeen.....	7
● Morfine.....	8
● Verdovende zalf.....	9
● Pijn behandelen met andere middelen.....	10
● Suikerwater.....	10
● Een vertrouwd persoon.....	11
● Ontspanning en afleiding.....	12
● Voorbereiding.....	13
● Tot slot.....	14

Beste ouders,

Uw kind is of wordt gehospitaliseerd op onze kinderafdeling. Tijdens zijn of haar verblijf in het ziekenhuis kan het zijn dat uw kind als gevolg van de aandoening, ingreep of onderzoeken pijn ervaart. Het team van de kinderafdeling zal er alles aan doen om pijn zo veel mogelijk te voorkomen en zo goed mogelijk te behandelen. Met deze brochure willen we u graag wat meer uitleg geven over:

- pijn
- het meten van pijn
- het behandelen en voorkomen van pijn.





Pijn

Pijn is een onaangenaam en storend gevoel. Het kan een belangrijke weerslag hebben op uw kind. Zo kan pijn ervoor zorgen dat uw kind minder goed slaapt, minder eetlust heeft of geen zin heeft om te spelen. Pijn kan ook de stemming van uw kind beïnvloeden. Zo kan het kind humeurig, prikkelbaar, verdrietig of stiller dan gewoonlijk zijn. Als u dit merkt bij uw kind, is het belangrijk om dit aan de arts of verpleegkundige van de kinderafdeling te melden. Hoe sneller pijn opgemerkt wordt, hoe sneller de behandeling kan worden ingesteld of aangepast. Een goede pijnbehandeling draagt bij tot het comfort, het welbevinden en het herstel van uw kind.

Pijn meten

Om te weten hoeveel pijn uw kind heeft, gaat de verpleegkundige de pijn meten. Afhankelijk van de leeftijd van het kind wordt een speciale meet-schaal gebruikt.

Kinderen jonger dan vier jaar

Jonge kinderen kunnen vaak niet zeggen dat ze pijn hebben maar laten het wel zien door bijvoorbeeld te huilen, een pijnlijk gezicht te trekken of hun lichaam op te spannen. Soms liggen ze ook stiller dan gewoonlijk. Vandaar dat bij baby's, jonge kinderen en kinderen die niet kunnen praten, de POKIS (Pijn Observatie Kind Schaal) wordt gebruikt. Aan de hand van 7 gedragskenmerken wordt de pijnscore bepaald.





Kinderen tussen vier en zes jaar

Vanaf 4 jaar kunnen kinderen zelf aangeven hoeveel pijn ze hebben. Toch is het voor hen niet zo eenvoudig omdat ze bijvoorbeeld nog onvoldoende kunnen praten of omdat het moeilijk is om zo'n abstract begrip als pijn te beschrijven. Voor deze kinderen gebruikt de verpleegkundige de gezichtjesschaal.

Het eerste gezichtje kijkt vrolijk en heeft geen pijn. Het laatste gezichtje kijkt niet vrolijk en heeft heel erge pijn. Aan het kind wordt gevraagd om het gezichtje aan te duiden dat evenveel pijn heeft als hij- of zijzelf.



Kinderen vanaf zeven jaar

Voor kinderen vanaf zeven jaar gebruikt de verpleegkundige een pijnmeetlatje met een moeilijke naam: de Visueel Analoge Schaal of VAS-schaal. Aan de hand van een verstelbaar schuifje moet het kind op het latje aangeven hoeveel pijn hij of zij heeft. Helemaal onderaan het latje betekent 'geen pijn', helemaal bovenaan betekent 'heel veel pijn'. Aan de achterkant van het latje kan de verpleegkundige een getal aflezen van 0 tot 10 dat overeenkomt met de pijn die het kind voelt.



Pijn behandelen met geneesmiddelen

Algemeen

Aan de hand van de pijnmeting of de te verwachten pijn zal de arts een aangepaste pijnbehandeling voorschrijven. De klassieke pijnstillers zijn paracetamol en ibuprofen (trap I). Indien de pijn hiermee onvoldoende onder controle is, kan soms overgegaan worden tot tramadol (trap II). In bijzondere situaties kan morfine voorgeschreven worden (trap III). De pijnstillers kunnen op verschillende manieren gegeven worden:

- via siroop
- via een zetpil
- via een tablet
- via een infuus.

Bij korte ingrepen in het dagziekenhuis wordt vaak vlak vóór de operatie een zetpil gegeven om de pijn preventief aan te pakken. Na een operatie worden pijnstillers systematisch gegeven zodat we de pijn vóór kunnen zijn. Een goede pijnstilling draagt immers bij tot de wondheling en het herstel. Bij ontslag naar huis zal de arts of verpleegkundige uitleg geven over de eventueel verdere pijnmedicatie thuis.



Morfine

Bij een complexe en pijnlijke operatie of aandoening kan het zijn dat de arts morfine voorschrijft. U hoeft niet bang te zijn voor verslaving of gewenning. Als morfine door een arts wordt voorgeschreven en onder toezicht wordt gebruikt, is het veilig. De morfine wordt gegeven onder de vorm van een pijnpomp. Bij grotere kinderen is er aan de pijnpomp soms een drukknop verbonden. Zodra het kind pijn voelt, kan het zichzelf door middel van een druk op de knop een hoeveelheid morfine toedienen. De hoeveelheid medicatie die het kind zichzelf kan toedienen, is begrensd en wordt door de anesthesist ingesteld. Het kan zijn dat het kind nevenwerkingen ervaart zoals misselijkheid, onrust, slaperigheid, jeuk of obstipatie. Meld dit zeker indien uw kind hier last van heeft. De artsen en verpleegkundigen zoeken dan naar een geschikte oplossing hiervoor. Als een kind na een operatie morfine krijgt, kan de hoeveelheid meestal na enkele dagen worden afgebouwd en gestopt.

Verdovende zalf

Om de kortdurende scherpe pijn van een prik te verminderen, kan er een verdovende zalf gebruikt worden. De zalf wordt afgedekt met een pleister. Dit kan niet toegepast worden voor 'dringende prikken' omdat de zalf een uur op voorhand op de prikplaats moet worden aangebracht.





Pijn behandelen met andere middelen

Naast het geven van pijnstillers, bestaan er ook een aantal andere middelen die de pijn bij het kind kunnen verzachten of voorkomen.

Suikerwater

Bij baby's tot en met de leeftijd van 3 maanden kan het geven van suikerwater - in een welbepaalde concentratie - twee minuten vóór een pijnlijke zorg pijnstillend werken. Het suikerwater zorgt ervoor dat het lichaam een kleine hoeveelheid eigen morfine aanmaakt. Het pijnstillend effect van het suikerwater duurt een vijftal minuten en wordt versterkt door het zuigen op een fopspeen.

Een vertrouwd persoon

Heel wat kinderen ervaren het als geruststellend wanneer er op moeilijke momenten een ouder of ander vertrouwd persoon aanwezig is. Uw kind voelt zich hierdoor veiliger in de ongewone omgeving en u kunt uw kind steunen, afleiden en troosten. U kan dit doen door uw kind te strelen, zijn hand vast te houden, een verhaal te vertellen, een liedje te zingen... Speel hierbij in op wat uw kind graag heeft. Straal rust en vertrouwen uit. Als u uw angst of onrust toont, kunt u ongewild de angst en onrust bij uw kind versterken. Soms kan het beter zijn om niet bij een procedure aanwezig te zijn. Vraag advies aan het team van de kinderafdeling.



Ontspanning en afleiding

Het vestigen van de aandacht op iets anders kan ervoor zorgen dat een kind zich minder bewust wordt van zijn pijn en angst. Grotere kinderen vinden afleiding in muziek, lezen, televisie of computerspelletjes. Bij kleinere kinderen helpt het vaak om een verhaaltje voor te lezen, televisie te kijken en te spelen. Op onze afdeling zijn hiertoe vele mogelijkheden aanwezig. Vraag ernaar aan de verpleegkundigen of pedagogisch medewerkers.



Vorbereiding

Het is belangrijk dat uw kind op het juiste moment voorbereid wordt op wat komen gaat. Als kinderen niet genoeg tijd hebben om de informatie te verwerken, kan de spanning ongewild toenemen. Omgekeerd, een kind te lang op voorhand voorbereiden kan ook spanning geven. Het juiste moment hangt af van het soort ingreep of onderzoek maar ook van het karakter en de leeftijd van uw kind. Het is belangrijk om eerlijk te zijn over wat er zal gebeuren. Zoniet creëert dit wantrouwen bij het kind en kan het kind angstiger worden, meer pijn ervaren en minder medewerking verlenen aan toekomstige verzorgingen of behandelingen. Als iets pijnlijk is, zeg dan NIET dat het geen pijn doet. De verpleegkundigen en pedagogisch medewerkers helpen u graag met de voorbereiding van uw kind.





Tot slot

Het team van de kinderafdeling streeft ernaar om het verblijf van uw kind zo comfortabel mogelijk te maken. Mocht uw kind toch pijn ervaren, aarzel dan niet om dit te melden. Wij zullen er alles aan doen om de pijn zo goed mogelijk te verhelpen.

Voor bijkomende vragen kunt u steeds bij ons terecht.

Het team van de kinderafdeling.

Voor verdere inlichtingen

Kinderartsen

Dr. Patrick Degomme

Dr. Sylvia Depoorter

Dr. Anne D'Hooghe

Dr. Kate Sauer

Hoofdverpleegkundige

Mevr. Birgit Vercruysse

t: 050 45 31 40

VE140@azbrugge.be

De kinderafdeling

AZ Sint-Jan Brugge - Oostende AV

Campus Brugge

Ruddershove 10

B-8000 Brugge

www.azsintjan.be



illustraties en vormgeving : Charlotte Schelfhout

www.tralali-tralala.be

redactie : Charlotte Verpoort

© 2009