

Als uw kind is opgenomen voor een onderzoek of behandeling kan pijn een rol zijn of gaan spelen. Deze folder geeft informatie over hoe zorgprofessionals in het ZMC de pijn van uw kind meten en bestrijden. Ons doel is om pijn en angst zo veel mogelijk te voorkomen en, indien nodig, zo goed mogelijk te bestrijden. U kunt ons als ouder* daarbij helpen.

Wat is pijn

Pijn is een vervelend gevoel. Daarnaast heeft pijn een negatieve invloed op genezing en herstel. Pijn kan ontstaan door ziektes, verwondingen of operaties. Soms bestaat pijn zonder dat bij medisch onderzoek een duidelijke oorzaak ervan wordt gevonden. En we weten dat stress en spanning de pijnbeleving versterken of in stand houden. Iedereen ervaart pijn anders en de zorgprofessionals proberen er voor te zorgen dat uw kind zo min mogelijk pijn ervaart.

Dit doen we door het geven van pijnmedicatie en door zo veel mogelijk ongemak/angst weg te nemen.

Pijnmeting

De verpleegkundige of andere zorgverlener, observeert uw kind op tekenen van pijn en ongemak en vraagt regelmatig hoe uw kind zich voelt en of uw kind pijn heeft. Voor kinderen die zelf geen pijn kunnen aangeven, wordt een observatiescore gebruikt. Als ouder speelt u ook een belangrijke rol bij het beoordelen van pijn. U kent uw kind immers het best. Als u ervaart dat uw kind pijn heeft, verzoeken wij u dit direct door te geven. Per leeftijdscategorie wordt er op een andere manier gemeten. De gebruikte schaal kan hierdoor afwijken en is ook afhankelijk van het ontwikkelingsniveau van uw kind.

Leeftijdscategorie

0 - 4 jaar

Jonge kinderen kunnen hun pijn niet altijd goed aangeven. Daarom gaan we tot deze leeftijd af op hun gedrag en hun lichaamstaal. Een baby met pijn slaapt bijvoorbeeld vaak onrustig en oppervlakkig of ligt in een krampachtige houding. De huidskleur blijft niet mooi roze, maar is vaak bleek. Vaak zijn baby's bij aanraking erg geprikkeld en kreunen ze. Te vroeg geboren baby's uiten hun ongemak/pijn soms door stil te liggen. Peuters en kleuters laten vaak zien dat ze pijn hebben door te huilen, een pijnlijk gezicht te trekken of te wrijven of te duwen op de plek waar het pijn doet. Pijn kan ook de stemming van het kind beïnvloeden. Zo kan het kind humeuriger of stiller dan gewoonlijk zijn of juist verdrietig en prikkelbaar.

De FLACC is een objectieve observatiescore die wij hiervoor gebruiken. Het gedrag van uw kind wordt op vijf punten geobserveerd, gezicht, benen, activiteit, huilen, troostbaarheid. Ook uw bevindingen spelen hierbij een rol.

4 - 7 jaar

De beste manier om pijn te meten, is om dit aan uw kind zelf te vragen. Hiervoor gebruiken we de gezichtjesschaal. Het eerste gezichtje is lachend en heeft geen pijn, het laatste gezichtje is erg verdrietig en betekent hele erge pijn. Aan elk gezichtje is een cijfer verbonden.

De ervaring leert dat een kind goed kan aangeven welk gezichtje het best past bij hoe hij* zich op dat moment voelt.

7 jaar en ouder

Vanaf deze leeftijd begrijpen kinderen de betekenis van een cijfer. Er wordt aan uw kind gevraagd hoeveel pijn hij heeft, uw kind mag dan zelf vertellen welk cijfer hij aan de pijn geeft. De score 0 betekent geen pijn, een score 10 betekent de ergste pijn die hij zich kan voorstellen. Eventueel kan een pijnliniaal hierbij gebruikt worden.



Ernst van de pijn

Alle scores hebben een uitkomst tussen de 0 en 10. Bij een pijnscore van 0 tot 3 is er acceptabele pijn, bij score 4 tot en met 7 spreken we van matige pijn en boven de 7 spreken we over ernstige pijn.

Pijnbehandeling

Pijn kan het genezingsproces vertragen. Een kind dat na een operatie veel pijn heeft en zich angstig voelt, kan het bijvoorbeeld moeilijk vinden om de dingen weer op te pakken die nodig zijn voor het revalidatieproces. Pijn kan ook de stemming van een kind beïnvloeden. Gevoelens van irritatie en vermoeidheid dragen niet bij aan de geestelijke gezondheid en daarmee ook niet aan het totale genezingsproces.

Goede pijnstilling is belangrijk voor vlot herstel. Pijnstilling kan bereikt worden door het gebruik van medicijnen, maar zeker ook door het verminderen van spanning en angst. Het is belangrijk dat uw kind zo goed mogelijk is voorbereid op wat er komen gaat. Zo kan overmatige angst voor een onderzoek of ingreep zo veel mogelijk worden

voorkomen. Als uw kind is opgenomen, kan een medisch pedagogisch zorgverlener of verpleegkundige u en uw kind hierbij helpen. Daarnaast is de aanwezigheid van (één van) de ouder(s) van groot belang. Kinderen voelen zich vaak veiliger als hun ouders erbij zijn en kunnen ook het best door hun ouders worden getroost. Ook de aanwezigheid van een favoriete knuffel of pop kan troost bieden. Het afleiden en helpen ontspannen zorgt ervoor dat uw kind zich minder bewust wordt van pijn en angst. Bellen blazen, voorlezen, een computerspelletje spelen of een filmpje kijken, kunnen goed helpen als afleiding.

Naast de arts en de verpleegkundige kan de medisch pedagogisch zorgverlener van de kind- en jongerenafdeling hierin een bijdrage leveren.

Afhankelijk van de situatie en in overleg met de behandelend arts wordt beslist welke pijnstillers nodig zijn en op welk moment deze gegeven worden.

Tenslotte

Wij willen u graag zo volledig mogelijk informeren, zodat we samen met u pijn en angst bij uw kind zoveel mogelijk kunnen voorkomen en bestrijden. Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen of opmerkingen, bespreek die dan gerust met de verpleegkundige of de arts.

*Waar in de folder 'ouders' staat, kan ook 'verzorgers/voogd' gelezen worden. Waar 'hij' staat, kan ook 'zij' gelezen worden