



Pijn bij kinderen **Kindergeneeskunde**

Informatiefolder voor ouders en/of verzorgers

Inleiding

Als je kind wordt opgenomen voor een onderzoek of behandeling kan pijn een rol gaan spelen. Deze folder geeft informatie over hoe zorgprofessionals in ons ziekenhuis de pijn van je kind meten en bestrijden. Ons doel is om pijn en angst zo veel mogelijk te voorkomen en, zo nodig, de pijn zo goed mogelijk te bestrijden. Als ouder* kun je ons daarbij helpen.

Wat is pijn

Pijn is een vervelend gevoel, maar is nodig om ons te beschermen. Hierdoor weten we dat er iets aan de hand is in ons lichaam. Het is dus nuttig. Het kan ontstaan door ziektes, verwonding of operaties, maar ook door stress of spanning. Iedereen ervaart pijn anders. Teveel pijn heeft een negatieve invloed op de genezing en het herstel. Zorgprofessionals zorgen ervoor dat je kind zich zo comfortabel mogelijk voelt en zo min mogelijk pijn ervaart.

Pijnmeting

De verpleegkundige van de afdeling observeert en vraagt regelmatig hoe je kind zich voelt. Voor kinderen die dit zelf niet of moeilijk kunnen aangeven, wordt een observatiescore gebruikt. De ouder heeft hierin ook een belangrijke rol. Jij kent je kind het best. Wij vragen je dan ook om het door te geven als je kind zich niet prettig voelt.

De pijn die het kind ervaart wordt per leeftijdscategorie en ontwikkelingsniveau gemeten. Daarnaast geeft de verpleegkundige ook een score aan de hand van observaties.

Leeftijdscategorie

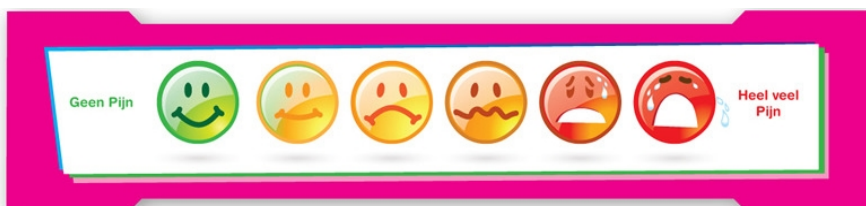
0 - 4 jaar

Jonge kinderen kunnen hun pijn niet altijd goed aangeven. Gedrag is een belangrijke manier waarop een kind zich kan uiten. De FLACC is een objectieve observatiescore. Het gedrag van je kind wordt daarbij op vijf punten geobserveerd. Ook bevindingen van ouders spelen hierbij een rol.

4 - 7 jaar

De beste manier om pijn te meten, is om dit aan je 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.

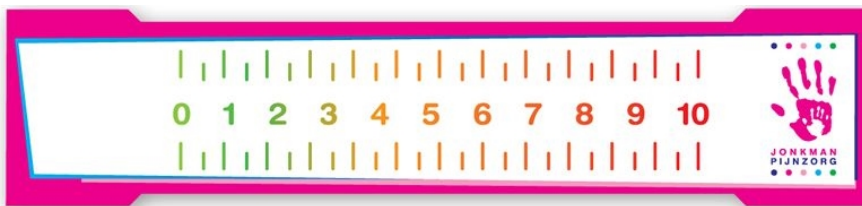
De ervaring leert dat een kind goed kan aangeven welk gezichtje het best past bij hoe hij* zich op dat moment voelt.





7 jaar en ouder

Vanaf deze leeftijd begrijpen kinderen de betekenis van een cijfer. De verpleegkundige vraagt aan je kind hoeveel pijn hij heeft, je kind mag dan zelf vertellen welk cijfer daarbij past. Score 0 betekent geen pijn, een score 10 betekent de ergste pijn die hij zich kan voorstellen. Eventueel kan onderstaande 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.

Pijnstilling

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.

Door een goede voorbereiding, het bieden van een veilige omgeving met ouders, ontspanningstechnieken en afleiding (door bijvoorbeeld het favoriete speelgoed) kan veel pijn worden voorkomen. Naast de arts en de verpleegkundige kan de medisch pedagogisch zorgverlener van de kinderafdeling hierin een bijdrage leveren. Vraag gerust naar de mogelijkheden.

We weten dat pijn erger wordt ervaren als er vaker over gesproken wordt. Door positief taalgebruik kan angst en pijn vermindert worden. Hierbij wordt de focus namelijk gelegd op de positieve verwachtingen en het vermijden van negatieve suggesties. Wil je meer weten over positief taalgebruik, lees dan de folder 'helpend taalgebruik' van kind en ziekenhuis of vraag de mpz.

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 je graag zo volledig mogelijk informeren, zodat we samen kunnen zorgen dat je kind zich zo comfortabel mogelijk voelt. Heb je na het lezen van deze informatie nog vragen of opmerkingen, bespreek deze dan gerust met de verpleegkundige of arts.

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