



Pijn bij kinderen in het ziekenhuis





Inleiding:

Onder 'pijn' verstaan we datgene wat je kind zelf als pijn ervaart.

Als multidisciplinair team zetten wij ons in om, tijdens het verblijf in het ziekenhuis, de pijn zo veel mogelijk onder controle te krijgen en te houden.

Goede en effectieve pijnstilling bevordert het genezingsproces van je kind, het reduceert angst en maakt het kind zelfzekerder.

Ieder kind ervaart pijn op een ander manier. Vooral voor baby's en kleine kinderen is het moeilijk om te verwoorden of en waar ze pijn hebben.

Het is dus belangrijk dat ook jij als ouders pijn bij je kind herkent en weet wat je kan doen.

Afhankelijk van de ernst van ingreep, aandoening en pijn kan je kind in het ziekenhuis verschillende soorten pijnmedicatie krijgen.

Wat is pijn?

Pijn geeft een onaangenaam gevoel.

Pijn kan een beschermende functie hebben.

Het maakt je erop attent dat er iets mis is, dat er sprake is van een ziekte of verwonding. Dit noemt men 'de pijngewaarwording'.

Pijn is datgene wat de kinderen voelen als zij zeggen dat zij pijn hebben.

Wanneer je pijn hebt gaat dit gepaard met verdriet, angst

Dit noemen we de 'pijnbeleving'.



Waarom is pijnbehandeling zo belangrijk bij kinderen?

Pijn kan een signaal zijn dat er iets mis is.

Pijn kan negatieve effecten hebben zoals: belemmering in zijn dagelijks doen en laten, het staat zijn genezingsproces in de weg.

Je kind zal hierdoor slechter eten, slapen, spelen en functioneren.

Als je kind teveel pijn heeft, kan het ook angstig worden voor een volgende ziekenhuis opname.

Daarom is het belangrijk om pijn zo goed mogelijk te behandelen.

Hoe weet je of je kind pijn heeft?

Pasgeborenen, zuigelingen en peuters kunnen nog niet aangeven waar en hoe ze pijn voelen. Het is vooral hun gedrag dat aangeeft dat ze pijn hebben: heftig huilen, grimassen trekken, zeuren ... kunnen allemaal tekenen van pijn zijn.

Vanaf ongeveer 4 jaar kunnen kinderen zelf aangeven dat ze pijn hebben.

Kleuters kunnen hun pijn dus wel kenbaar maken.

Ze gaan wel vaak naar hun buik wijzen terwijl ze op een ander plaats pijn hebben. Vooral hun gedrag en lichaamshouding, het ontroostbaar zijn, stilliggen en weinig bewegen, veranderingen in het slaappatroon vertellen je meer over de pijn die ze voelen.

Grotere kinderen vertellen wel hoe en waar ze pijn hebben.

Toch is het ook voor deze kinderen niet gemakkelijk om de pijn precies te beschrijven. De verpleegkundigen kunnen gebruik maken van een pijnmeetinstrument.

Hoe gaan we pijn meten?

Er zijn verschillende soorten meetinstrumenten ontwikkeld om pijn te meten. De leeftijd en het ontwikkelingsniveau van je kind bepalen welk pijnmeetinstrument de verpleegkundige zal gebruiken. Het meten van pijn is een hulpmiddel om de mate van pijn in te schatten en om de effectiviteit van het pijnbeleid te bepalen.

Pijnregistratie:

De verpleegkundigen zullen regelmatig de pijn komen observeren of navragen. Indien nodig zal men de pijn meten met een meetschaal.

Als je aan het gedrag van je kind merkt dat je kind pijn heeft, meldt u dit aan de verpleegkundige.

POKIS schaal:

Doelgroep: kinderen van 0-4 jaar

Deze schaal wordt voornamelijk bij zeer jonge kinderen gebruikt omdat zij moeilijk hun pijn kunnen aangeven. Hierbij wordt het gedrag van het kind geobserveerd, wat dan leidt tot een score.

VOORBEELD VAN EEN PIJNSCHAAL VOOR KINDEREN VAN 1 TOT 4 JAAR: POKIS = PIJN OBSERVATIE KIND SCHAAL (BOELEN VAN DER LOO ET AL, 1999). DE TOTAALSCORE GAAT VAN 0 TOT 7. DE BEHANDELINGSDREMPEL IS 3/7.

Gezicht	neutraal, rustig	0
	neus gerimpeld, wenkbrauwen gefronst, grimas	1
Huilen	niet huilen, geen geluiden	0
	kreunen, jammeren, krijsen	1
Ademhaling	regelmatig, oppervlakkig	0
	onregelmatig, hijgend, ingehouden	1
Rug/lijf	rustig, neutraal, ontspannen	0
	verkrampd, kronkelend, trillend	1
Armen/vingers	rustig neutraal bewegend	0
	verkrampd, vuist gebald, wild	1
Benen/tenen	rustig neutraal bewegend	0
	verkrampd, opgetrokken, schoppend	1
Agitatie	rustig, slapend, rustig spelend	0
	onrustig, prikkelbaar, fuzzy	1

Als je de scores uit alle gedragingen samentelt bekom je een welbepaald cijfer.

0= helemaal geen pijn

1= matige pijn

2= matige pijn

3= pijn die als hinderend kan beschouwd worden

4= pijn die als hinderend kan beschouwd worden

5= ernstige pijn

6= ernstige pijn

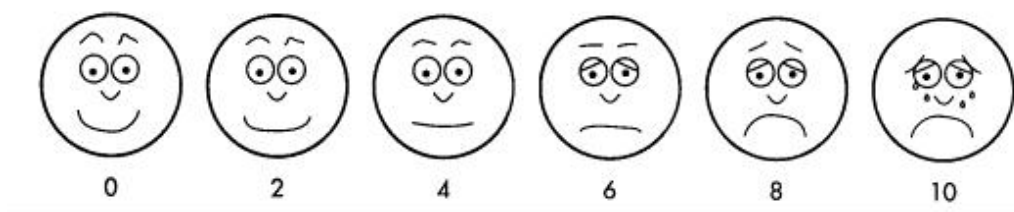
7= zeer, ernstige ondraaglijke pijn

De gezichtjesschaal:

Doelgroep kinderen van 4 tot 6 jaar.

Het eerste gezichtje kijkt vrolijk en heeft geen pijn, het laatste gezichtje kijkt niet vrolijk en heeft heel veel pijn.

Van links naar rechts komen de gezichtjes overeen met volgende scores: 0,2,4,6,8 en 10. De behandelingsdrempel werd bepaald op 4/10. Indien het kind niet goed in staat is om dit instrument te gebruiken dan kan je als ouders of hulpverleners best de vorige gedragsobservatieschaal gebruiken.



De VAS schaal (Visual Analogue Scale):

Doelgroep kinderen van 6 à 7 jaar.

0 Staat voor 'geen pijn' en 10 staat voor 'ondraaglijke pijn'.

Vanaf score 7 kan een kind niet zonder pijnstilling.

Het kind mag aangeven hoe het de pijn op dat moment beleeft door een punt te kiezen tussen 0 en 10.

Normen:

- Geringe pijn: VAS-score: 0 mm tot 30 mm
- Matig tot hevige pijn: VAS-score 31 mm tot 60 mm
- Ernstige tot onduldbare pijn: VAS-score van 61 mm tot 100 mm



Pijn bij bloedname of het prikken van een infuus.

Vóór een bloedname of het prikken van infuus, verdoven we de huid plaatselijk met Emla® crème of Rapidan® klevers.

Deze huidverdoving zorgt ervoor dat je kind minder pijn voelt tijdens het prikken en dus ook minder zal huilen of angstig zijn.

Pijnmedicatie

De meest gebruikte pijnmedicatie in ons ziekenhuis zijn:

Paracetamol®

Ibuprofen®



Wat kan je als ouder doen als voorbereiding van je kind:

Bereid het kind goed voor op wat er gaat gebeuren.

Dit kan onder meer door de fotoboeken die op onze deelwebsite '<http://sfz.be:kindergeneeskunde>' staan.

- Geef de informatie op een rustig moment, in een rustige omgeving.
- Wees eerlijk tegen het kind, vertel wat het gaat voelen, zien of zelfs ruiken.
- Vertel het kind wat er van hem/haar verwacht wordt.
- Beloof geen dingen die je niet kan waarmaken.
- Blijf zelf rustig.
- Zorg voor afleiding van het kind.
- Geef nadien een beloning.

Een kind hoeft niet continue aan pijn te denken. Neem tijd voor je kind, geef aandacht voor datgene dat in je kind omgaat. Het kind kan zijn pijn erger voelen dan het in werkelijkheid is door de stress, de angst ... van een ziekenhuisopname. Probeer als ouder zelf zo ontspannen mogelijk te zijn.

Geef je kind zijn knuffel, troost je kind. De pijnlijke plaats of errond masseren kan eveneens helpen.

Door de afleiding kan de pijn soms draaglijker worden. Dit kan met behulp van muziek, het voorlezen van een verhaal uit een lievelingsboek Geef je kind vooral de nodige positieve aandacht.

Als je na het lezen van deze brochure nog vragen hebt, neem dan gerust contact op met onze afdeling kindergeneeskunde op het telefoonnummer: **011 71 53 30**



Kinder- en jeugdgeneeskunde

Tel.: 011 71 53 30

www.sfz.be/kinderafdeling

Publicatiedatum: Mei 2019, team kinder- & jeugdgeneeskunde

Sint-Franciscusziekenhuis

P. Paquaylaan 129 | 3550 Heusden-Zolder

Tel.: 011 71 50 00 | Fax.: 011 71 50 01 | www.sfz.be