

## Pijn bij kinderen

### Informatiefolder voor ouders en verzorgers

#### Kindergeneeskunde

##### Inleiding

Als uw 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 uw kind meten en bestrijden. Ons doel is om pijn en angst zo veel mogelijk te voorkomen en, indien nodig, de pijn zo goed mogelijk te bestrijden. U kunt ons als ouder\* daarbij helpen.

##### Wat is pijn

Pijn is een vervelend gevoel. Pijn heeft een negatieve invloed op genezing en herstel.

Pijn kan ontstaan door ziektes, verwondingen of operaties, maar het hoeft ook geen duidelijke oorzaak te hebben.

Door stress en spanning kan bijvoorbeeld hoofdpijn of buikpijn ontstaan. Iedereen ervaart pijn anders en de zorgprofessionals proberen er voor te zorgen dat uw kind zo min mogelijk pijn ervaart.

##### Pijnmeting

De verpleegkundige van de afdeling observeert uw kind op tekenen van pijn en vraagt regelmatig 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 aan de verpleegkundige.

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. Naast de score van het kind geeft de verpleegkundige ook altijd 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 die wij hiervoor gebruiken. Het gedrag van uw kind wordt op vijf punten geobserveerd. Ook uw bevindingen spelen hierbij een rol.

###### 4 - 7 jaar

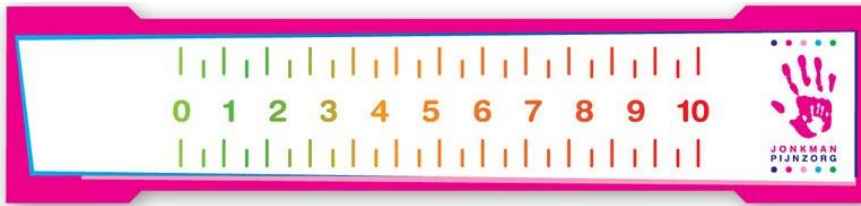
De beste manier om pijn te meten, is om dit aan uw kind zelf te vragen. Hiervoor gebruiken we de gezichtjesschaal. Het eerste gezichtje is lachend en heeft geen pijn, het laatste gezichtje is erg verdrietig en betekent hele erge pijn. Aan elk gezichtje is een cijfer verbonden.

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. De verpleegkundige vraagt aan uw kind 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 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 en het bieden van een veilige omgeving met ouders en bijvoorbeeld het favoriete speelgoed kan veel pijn worden voorkomen. Ook afleiding en ontspanningstechnieken helpen hierbij. Naast de arts en de verpleegkundige kan de pedagogisch medewerker van de kinderafdeling 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 arts.

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