



# Pijn bij kinderen

Informatiebrochure voor ouders

Jan Yperman Ziekenhuis • Briekestraat 12 • 8900 Ieper  
057 35 35 35 • [info@yperman.net](mailto:info@yperman.net) • [www.yperman.net](http://www.yperman.net)



56.043N • 180424  
Verpleegkundig diensthoofd  
pijnkliniek

Beste ouder,

Uw kind is of wordt gehospitaliseerd en het kan dat uw kind tijdens het verblijf pijn ervaart als gevolg van een ingreep, een aandoening of een onderzoek.

Het team van de kinderafdeling in JYZ wil de beste zorg voor uw kind én wil er alles aan doen om pijn bij uw kind te vóórkomen en zo goed mogelijk te behandelen.

Met deze brochure willen we graag wat meer uitleg geven over wat pijn is, hoe we pijn meten en hoe we pijn kunnen behandelen.



## Wat is pijn?

Pijn is een onaangenaam en storend gevoel. Pijn kan een belangrijke weerslag hebben op uw kind en het genezingsproces vertragen.

Het kan er voor zorgen dat je kind minder goed slaapt, minder eet, geen zin heeft om te spelen of gewoon stiller en humeuriger is.

Maar pijn is ook een belangrijk signaal van het lichaam dat er iets misloopt.

**Acute pijn** die ontstaat na een trauma of chirurgie geeft een signaal dat er iets misloopt. Pijn heeft hier de functie van een alarmsignaal. Als acute pijn wordt behandeld, is de kans op herstel en het wegnemen van pijn groot.

**Chronische pijn** is pijn die langer dan 6 maanden bestaat. Chronische pijn heeft geen alarmfunctie meer en is een moeilijk te behandelen aandoening.



Elk kind gedraagt zich anders bij pijn en ervaart pijn op een andere manier. Als ouder kent u uw kind het best en vragen we u de arts of de verpleegkundige te verwittigen als uw kind zich anders gedraagt of plots minder lekker voelt. Hoe sneller de pijn opgemerkt wordt, hoe sneller de behandeling kan worden aangepast en hoe beter uw kind zal herstellen.

## Pijn meten

Om pijn goed te kunnen behandelen moeten we eerst weten hoe ernstig de pijn is. Om dit te weten gaan we pijn 'meten'. Afhankelijk van de leeftijd van uw kind, gebruiken we hiervoor andere meetschalen.



### a. Baby's en jongste kinderen van 0 tot 4 jaar: **Pijn Observatie Kind Schaal (POKIS)**

Kinderen jonger dan 4 jaar kunnen nog niet zeggen dat ze pijn hebben en/of waar het pijn doet. Ze laten het wel zien door te huilen of een pijnlijk gezichtje te trekken of door te wrijven of te duwen waar het pijn doet. Ze kunnen hun lichaam spannen, kreunen of juist heel stil liggen.

Om de pijn bij baby's en jonge kinderen te evalueren, gebruiken we de Pijn Observatie Kind Schaal of POKIS. De verpleegkundige gaat door observatie van een aantal gedragingen (gezichtsuitdrukking, huilen, ademhaling, rug/lijf, armen/vingers, benen/tenen, agitatie) een score geven aan de pijn van je kind.

### b. Kinderen van 4 tot 12 jaar: **Wong-Baker Faces Pain Rating Scale (PRS)**

Vanaf de leeftijd van 4 jaar kan een kind op een gezichtjesschaal aanduiden welk gezichtje het best aangeeft hoeveel pijn het kind momenteel voelt. We gebruiken hiervoor de Wong-Baker Faces Pain Rating Scale.

Wong-Baker Faces Pain Rating Scale



Geen pijn



Een klein beetje pijn



een klein beetje meer pijn



meer pijn



heel veel pijn



't meeste pijn

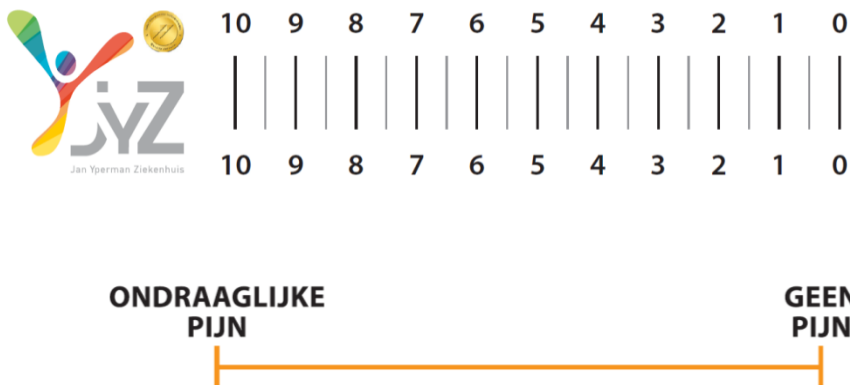
Een lachend gezichtje komt overeen met geen pijn, een minder lachend gezichtje met een beetje pijn, ... een heel verdrietig gezichtje met heel veel pijn.



c. Kinderen vanaf 12 jaar : **VAS pijnlatje**

Wanneer kinderen in staat zijn om hun eigen pijn te beschrijven, of wanneer kinderen de leeftijd van 12 jaar bereiken, wordt voor de pijnmeting een pijnlatje gebruikt of de VAS-lat.

De VAS is de afkorting van Visueel Analoge Schaal en is een latje met een schuivertje waarmee het kind kan aanduiden hoeveel pijn het ervaart, gaande van 'geen pijn' tot 'ondraaglijke pijn'.



De verpleegkundige leest aan de keerzijde van het latje het cijfer waarmee het aangeduide punt correspondeert: 0 betekent geen pijn en het cijfer 10 betekent ondraaglijke pijn.

## Pijn behandelen

Aan de hand van de pijnmeting of de te verwachten pijn na een ingreep of onderzoek zal de arts een aangepaste pijnbehandeling voorschrijven.

### a. Pijnverzachtende methoden

Naast medicatie zijn er ook andere manieren of technieken die de pijn bij het kind kunnen verzachten of voorkomen.

- Een vertrouwd persoon.

Heel wat kinderen ervaren het als geruststellend wanneer er op moeilijke momenten een ouder of 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.

- Afleiding

Je kind afleiden kan ervoor zorgen dat hij zich minder bewust wordt van zijn pijn en angst. Bij kleinere kinderen helpt het om een verhaaltje voor te lezen, te spelen of TV te kijken. Grotere kinderen vinden hun afleiding in muziek, lezen, televisie of computerspelletjes.



- Voorbereiding en uitleg

Het is belangrijk dat uw kind op het juiste moment voorbereid wordt op wat komen gaat. Een goede voorbereiding creëert de juiste verwachting en neemt de spanning weg. Het is belangrijk om eerlijk te zijn over wat er zal gebeuren. Anders creëert dit wantrouwen bij het kind en kan het kind angstiger worden, meer pijn ervaren en minder meewerken bij de verzorging of behandelingen.

b. Geneesmiddelen

Pijnstillende medicatie wordt onderverdeeld in drie groepen of 'trappen'.

TRAP 1 : De klassieke pijnstillers zijn Paracetamol en ontstekingsremmers of NSAID's (Niet-steroïde anti-inflammatoire geneesmiddelen) (Ibuprofen). Deze zijn zonder voorschrift te verkrijgen.

TRAP 2 : Indien de pijn hiermee onvoldoende onder controle is, kan op voorschrift van de arts overgegaan worden tot toediening van een "zwak" morfineproduct. Voorbeelden zijn Tramadol.

TRAP 3 : In bijzondere situaties en bij grotere ingrepen zijn sterke pijnstillers of morfineproducten nodig op voorschrift van de arts. Deze pijnstillers kunnen op verschillende manieren gegeven worden: via siroop, een zetablet, tablet of een infuus.

Voor meer informatie kan je terecht bij het algologisch team op het nummer 057 35 61 27.



Jan Yperman Ziekenhuis • Briekestraat 12 • 8900 Ieper  
057 35 35 35 • [info@yperman.net](mailto:info@yperman.net) • [www.yperman.net](http://www.yperman.net)

