

Pijn na een operatie?
Die pakken we samen aan!

informatie voor patiënten

INLEIDING

Deze brochure bevat, naast informatie over de pijnbehandeling die wordt opgestart na een chirurgische ingreep, ook informatie over het belang van een goede pijnopvolging.

U krijgt in de brochure uitleg over zowel de pijnstilling in het ziekenhuis als de pijnstilling thuis.

Het type pijnmedicatie dat u krijgt, hangt af van de ernst van uw ingreep. Deze brochure zet alles op een rijtje en geeft u meer uitleg over de pijnstillers die mogelijk deel uitmaken van uw pijnmedicatie en die behoren tot de richtlijnen voor pijnbehandeling die over heel het ziekenhuis worden toegepast. Niet alle mogelijke waarschuwingen en bijwerkingen zijn hier opgesomd. Voor meer gedetailleerde informatie verwijzen we naar de bijsluiter of kunt u contact opnemen met uw arts of apotheker.

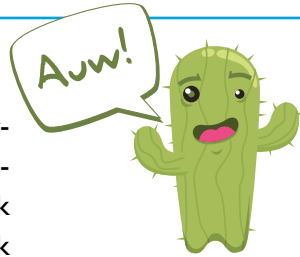
Hebt u na het lezen van deze brochure nog vragen? Aarzel dan zeker niet om ze te bespreken met uw arts, verpleegkundige of apotheker.

Wij wensen u namens alle medewerkers van de UZ Leuven een spoedig herstel en een aangenaam verblijf in ons ziekenhuis.

GOEDE PIJNTHERAPIE IS BELANGRIJK

Pijn? Zeg het ons!

Plotse, hevige pijn (acute pijn) waarschuwt het lichaam dat er iets ongevoons gebeurt en komt dus vaak voor na een operatie. Het is belangrijk om die pijn goed te behandelen. Pijn is niet alleen onaangenaam, maar vertraagt ook uw genezing. Als die acute pijn blijft voortbestaan, kan hij evolueren naar chronische (langdurige, moeilijk te behandelen) pijn. Laat de verpleegkundige weten dat u pijn hebt, zodat er snel op gereageerd kan worden.



Ook angst en slaapstoornissen kunnen het gevolg zijn van pijn. Een goede pijnbehandeling kan die negatieve gevolgen voorkomen.

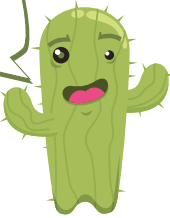
Hoe minder pijn u heeft, hoe vlotter het genezingsproces zal verlopen.

CHRONISCHE PIJN KAN BLIJVEN



Als u voor uw operatie chronische pijn had, is het goed te weten dat die pijn meestal moeilijk te behandelen is. Chronische pijn zal na een operatie niet altijd volledig verholpen zijn. Deze pijnklachten kunnen na een ingreep, ook al is het op een andere plaats in het lichaam, tijdelijk toenemen. Dat komt bijvoorbeeld door de houding die u hebt aangenomen tijdens de operatie of door stramme spieren. Uw thuismedicatie voor chronische pijn kan tijdens de opname het best verder toegediend worden, tenzij uw behandelende arts u iets anders adviseert.

DUUR VAN DE PIJN

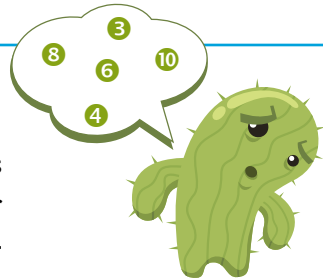


De duur en de mate van pijn onmiddellijk na een operatie variëren van patiënt tot patiënt en van operatie tot operatie. Pijn na een operatie is meestal beperkt in tijd en zal na een aantal dagen tot weken afnemen, afhankelijk van het herstel.

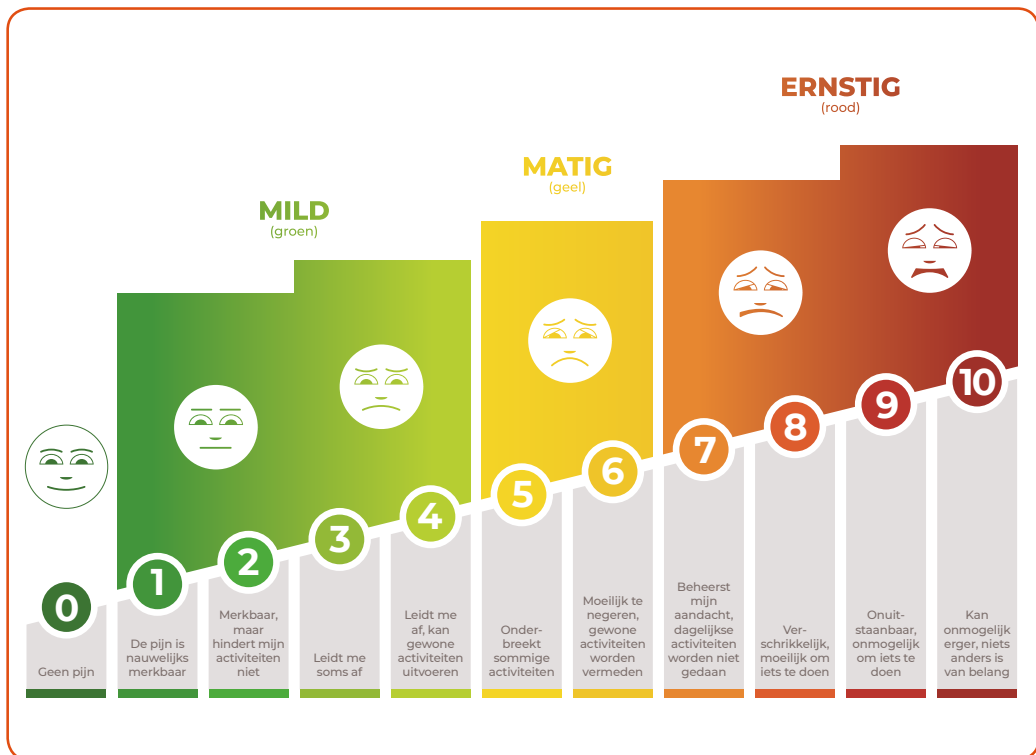
PIJN METEN

Geef pijn een score

De verpleegkundige zal minstens twee maal per dag informeren naar uw pijn. Om uw pijn goed te kunnen opvolgen, vragen we naar een cijfer tussen 0 en 10. Het cijfer 0 komt overeen met 'helemaal geen pijn', het cijfer 10 is 'de ergste pijn die u zich kunt voorstellen'. In het begin is dat misschien niet zo makkelijk. Maakt u zich geen zorgen, u kunt nooit een verkeerde score geven.



Misschien begrijpt u beter hoe u uw pijn een cijfer kunt geven met het schema op de volgende pagina. U kunt die figuur als hulpmiddel gebruiken telkens er tijdens uw opname gevraagd wordt hoe erg uw pijn op dat moment is.



ALGEMENE OPMERKINGEN OVER PIJNTHERAPIE

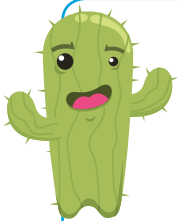
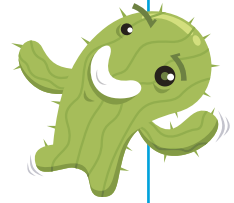


Pijn verminderen

Pijn na de operatie is meestal vlot te behandelen. De pijn volledig wegnemen, is echter niet altijd mogelijk, maar het is belangrijk om de pijn te verminderen tot een niveau waarop u zich comfortabel voelt.

Durf bewegen

Om uw herstel niet te vertragen, is het noodzakelijk dat u durft te bewegen. Hiervoor is vaak extra pijnmedicatie nodig. Het is niet de bedoeling dat u stil in bed moet blijven liggen om geen pijn te hebben!



Neem uw pijnmedicatie

In de eerste dagen na uw ingreep krijgt u op regelmatige tijdstippen een pijnstiller toegediend. Paracetamol en ibuprofen zijn vaak gebruikte basis-pijnstillers. Om een goede pijnbestrijding te kunnen garanderen, raden we u aan om die medicatie strikt in te nemen, ook als u op dat moment geen pijn ervaart. Zo voorkomt u dat u plots hevige pijn krijgt die moeilijker te controleren is.

SOORTEN PIJNMEDECATIE

De Wereldgezondheidsorganisatie klasseert pijnmedicatie in drie trappen.

Na een operatie krijgt u – ongeacht of u wel of niet pijn voelt – gedurende enkele dagen systematisch medicatie voor lichte pijn van de onderste trap voorgeschreven (paracetamol, NSAID's: pijnstillers met een onstekingsremmende werking).

Als u ondanks deze medicatie toch pijn ervaart, zullen er extra pijnstillers van de tweede (tramadol) of derde (morfineachtigen) trap gegeven worden. De arts bepaalt in functie van uw ingreep welke medicatie het best geschikt is. In principe worden pijnstillers van de derde trap alleen toegediend in het ziekenhuis. Bij ontslag uit het ziekenhuis wordt meestal een voorschrift voor medicatie van de tweede trap mee naar huis gegeven.

HOE WORDT DE MEDICATIE TOEGEDIEND?

Er bestaan tabletten of vloeistoffen om in te nemen. Het duurt meestal 30 minuten tot 1 uur voor ze beginnen te werken. Een belangrijke voorwaarde hierbij is uiteraard dat u kunt eten of drinken, en dat u niet misselijk bent.

Een derde optie is een intraveneuze toediening, waarbij de producten via het infuus in uw bloedbaan worden geïnjecteerd. Daardoor heeft de medicatie meestal een onmiddellijk effect, zodat de pijn sneller wordt behandeld. Een injectie onder de huid of in de spier is ook mogelijk. Op die manier komt het geneesmiddel traag en geleidelijk in het bloed terecht, zodat het uw pijn gedurende een langere tijd kan verlichten.

PATIËNT-GECONTROLEERDE PIJNSTILLING

Bij patiënt-gecontroleerde pijnstilling dient u de pijnmedicatie zelf toe wanneer u pijn voelt, met behulp van een pijnpomp. U kunt echter niet bij elk type ingreep voor een pijnpomp kiezen. Wanneer u hiervoor in aanmerking komt, zal uw anesthesist dat met u bespreken.

Bij het gebruik van een pijnpomp worden de pijnstillers in de bloedbaan ingespoten of wordt een lokaal verdovingsmiddel ingespoten in de nabijheid van zenuwen (bijvoorbeeld ruggenprik of prik nabij zenuwen in de hals, oksel, lies, voet, bil of kniekuil).



WELKE MEDICATIE WORDT ER GEBRUIKT?

Pijnmedicatie van de eerste trap

Dafalgan® (500 mg - 1 g)

- ✗ Dafalgan® bevat paracetamol en heeft een pijnstillende en koortsverlagende werking.
- ✗ U neemt Dafalgan® op vaste tijdstippen om de pijn te bestrijden. U mag maximaal vier tabletten per dag innemen. Dit komt overeen met een maximum van om de 6 uur een tablet. Neem telkens maar 1 tablet per keer. Na 1 week mag u pas om de 8 uur een tablet innemen.

- X Paracetamol bestaat onder de vorm van tabletten, maar kan ook via uw infuus toegediend worden.
- X De dosis is afhankelijk van uw leverfunctie en gewicht, en in mindere mate van uw nierfunctie. De dosis bedraagt meestal 15 mg/kg/dosis en bedraagt 1 g vanaf 70 kg. Wanneer u meer weegt dan 70 kg mag u de dosis van 1 gram NIET overschrijden.
- X Deze pijnstiller begint na 15 tot 60 minuten te werken.
- X Vermijd gelijktijdig overmatig gebruik van alcohol.
- X Dafalgan® heeft weinig bijwerkingen bij de voorgestelde dosissen. In zeldzame gevallen komen er overgevoeligheidsreacties voor zoals huiduitslag en jeuk. Als u daar toch last van krijgt, stop dan met de inname van Dafalgan® en raadpleeg uw huisarts.
- X De volgende geneesmiddelen bevatten ook paracetamol: Panadol®, Algostase®, Perdolan®, Afebryl®, Mobistix®, Exedryn®, Sinutab®, Dafalgan Codeine®, Algocod®, Zal-diar®, Algotra®, Pontalsic® ... Neem Dafalgan® dus niet in combinatie met die geneesmiddelen.

Niet-steroidale anti-inflammatoire middelen (NSAID's) zoals ibuprofen

Het is mogelijk dat Dafalgan® niet voldoende pijnstillend werkt. In dat geval is het mogelijk dat ibuprofen aan uw medicatieschema wordt toegevoegd. Dat is echter afhankelijk van uw nierfunctie, de aanwezigheid van eventuele maaglast en uw andere voorgeschiedenis.

- ✗ Ibuprofen heeft een pijnstillende en koortsverlagende werking. Daarnaast heeft het product ook een ontstekingsremmende werking.
- ✗ U neemt dit product drie keer per dag in en doet dit het best op vaste tijdstippen. Neem telkens maar 1 tablet per keer na de maaltijd.
- ✗ Deze pijnstiller begint na 15 tot 60 minuten te werken.
- ✗ Ibuprofen kan maaglast veroorzaken. Als u maagpijn hebt, waarschuw dan uw (huis)arts. Die kan een product voorschrijven dat de maag beschermt of u stopt met de inname van ibuprofen.
- ✗ U mag ibuprofen niet gebruiken als:
 - u overgevoelig bent voor aspirine of andere ontstekingsremmende pijnstillers.
 - u een maag- of darmbloeding hebt gehad.
 - er bij u nierproblemen zijn vastgesteld.

- ✗ Er bestaan in de apotheek verschillende NSAID's: Ibuprofen[®], Brufen[®], Nurofen[®], Spidifen[®], Perdofermina[®], Perdophen[®], Diclophenac[®], Voltaren[®], Cataflam[®] Diclofenac[®], Aleve[®], Apranax[®], Naproxene[®], Mobic[®], Feldene[®], Tilcotil[®], Celebrex[®], Gambaran[®]. U mag die niet samen gebruiken!
- ✗ NSAID's bestaan onder de vorm van tabletten (ibuprofen) maar een NSAID kan ook via uw infuus (Taradyl[®]) toegediend worden.
- ✗ Als u NSAID's niet voor een chronische aandoening neemt, stopt u de inname best zo snel als mogelijk.

Niet-steroidale geneesmiddelen zoals ibuprofen moeten voorzichtig gebruikt worden bij patiënten met astma, nierziekten en maaglast of maagzweren. Licht uw arts of apotheker in als u een dergelijke aandoening heeft.



Pijnmedicatie van de tweede trap

Voor matige tot ernstige pijn die niet verdwijnt met Dafalgan® of ibuprofen, schrijft de arts u bijkomend Contramal® of Tradonal® voor. Die medicijnen bevatten tramadol, wat een morfineachtig product is.

- X Afhankelijk van de dosering mag u 50 of 100 mg Contramal® Retard 2 keer per dag innemen. Dat zorgt voor de basis van uw pijnbehandeling.
- X Indien u, ondanks deze Retard-vorm van de medicatie, nog pijn hebt, kunt u extra 1 smelttablet Tradonal® Odis (of 1 capsule Contramal®) 3 tot 4 keer per dag innemen. Dat zorgt voor de zogenaamde behandeling van doorbraakpijn.
- X Deze pijnstillers begint na maximaal 30 tot 60 minuten te werken. Het effect duurt ongeveer 4 tot 8 uur.
- X U kunt Contramal® met of zonder voedsel innemen. Als u wat last heeft van uw maag, dan neemt u het best gelijktijdig wat voedsel in.
- X Dit product kan misselijkheid, duizeligheid en braken veroorzaken. Uw arts kan u daarvoor een ander medicijn voorschrijven zoals Litican®, Motilium® of Primperan®. Ook constipatie is een mogelijk neveneffect, u drinkt daarom het best voldoende water. Ook raden wij aan om, indien mogelijk, aan voldoende lichaamsbeweging te doen en voldoende vezels te eten.
- X Contramal® kan uw reactievermogen verlagen en u wat sla-perig maken. Daarom raden wij u aan om op te passen met

het besturen van voertuigen en het bedienen van machines. Ook het gebruik van alcohol en slaapmedicatie in combinatie met Contramal® is af te raden, aangezien dit een extra nadelig effect heeft op uw reactievermogen.

Indien u tijdens uw herstelproces minder pijnmedicatie nodig hebt, stopt u eerst met de inname van de tweede trap: eerst het Tradonal®-smelttablet of de Contramal®-capsule en daarna de Retard-vorm. Pas daarna kunt u stoppen met de inname van de eerste trap pijnmedicatie. Bij het stoppen met medicatie van de eerste trap stopt u eerst met de inname van ibuprofen en als laatste met de inname van Dafalgan®.

Pijnmedicatie van de derde trap

Voor ernstige pijn gaat men over naar de derde trap van pijnmedicatie. Daarbij is monitoring noodzakelijk. Mogelijke producten zijn morfine of Dipidolor® of andere morfineachtige producten.

Morfineachtige producten kunnen toegediend worden via tabletten, injecties, infuus of in pleistervorm. Bij hoge dosissen kunnen ze de ademhaling en de bloeddruk beïnvloeden. Verpleegkundigen zijn echter getraind om die problemen op te lossen.

Geachte patiënt,

U werd op ... / ... / opgenomen op de dienst
voor de volgende ingreep:

Uw toestand bij ons bij ontslag was stabiel.

Schema pijnmedicatie na een chirurgische ingreep

Groep A basispijnstillers = paracetamol

| Product | Frequentie | Voorgesteld tijdschema |
|--|-----------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> Dafalgan® 1000 mg | Max. 4/dag (om de 6 uur) | 8 - 14 - 20 - (2) uur |
| <input type="checkbox"/> Dafalgan® 500 mg | Max 4/dag (om de 6 uur) | |
| <input type="checkbox"/> | | |

Groep B ontstekingsremmer en pijnstillers = ibuprofen

Best tijdens of na de maaltijd innemen

| Product | Frequentie | Voorgesteld tijdschema |
|---|-----------------------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> Brufen forte® 600 mg / Ibuprofen® 600 mg | Max. 3/dag (om de 8 uur) | 8 - 12 - 17 uur |
| <input type="checkbox"/> Ibuprofen EG® / Nurofen® / Spidifen® 400 mg | Max 3/dag (om de 6 uur) | |
| <input type="checkbox"/> | | |

Groep C krachtige pijnstillers = tramadol

Enkel wanneer extra pijnstilling nodig is

| Product | Frequentie | Voorgesteld tijdschema |
|--|--------------|------------------------|
| <input type="checkbox"/> Contramal retard 50 mg Co®, als onderhoudsdosis | Om de 12 uur | 8 - 20 uur |
| <input type="checkbox"/> Contramal retard 100 mg Co®, als onderhoudsdosis | Om de 12 uur | 8 - 20 uur |
| <input type="checkbox"/> Tradonal odis® smelttablet, bij doorbraakpijn | Max. 4/dag | |
| <input type="checkbox"/> | | |

© september 2019 UZ Leuven

Overname van deze tekst en illustraties is enkel mogelijk na toestemming van de dienst communicatie UZ Leuven.

Ontwerp en realisatie

Deze tekst werd opgesteld door xxx in samenwerking met de dienst communicatie.

U vindt deze brochure ook op www.uzleuven.be/brochure/700824.

Opmerkingen of suggesties bij deze brochure kunt u bezorgen via communicatie@uzleuven.be.

Verantwoordelijke uitgever
UZ Leuven
Herestraat 49
3000 Leuven
tel. 016 33 22 11
www.uzleuven.be

 mynexuzhealth



Raadpleeg uw medisch dossier
via www.mynexuzhealth.be
of download de app

