

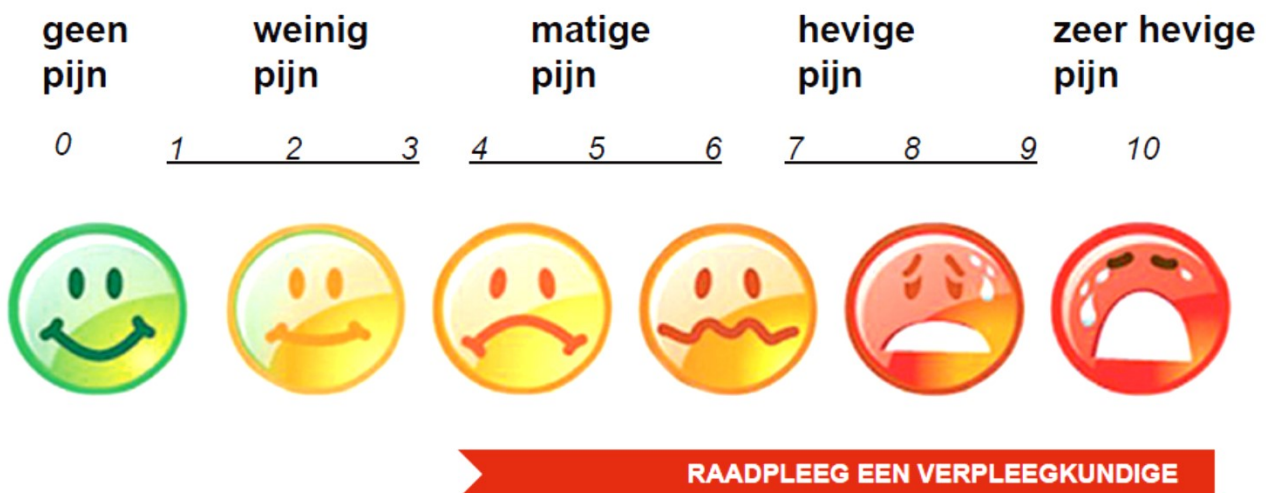
# Pijnstilling door kinderen zelf geregeld

## Minder pijn door de pijnpomp

Je bent opgenomen in het ziekenhuis en je hebt pijn of misschien heb je een operatie gehad waarvan je pijn hebt. Een pijnpomp kan ervoor zorgen dat je niet zoveel pijn hebt.

### Waarom meten we de pijn en hoe?

Voor de dokters en de verpleegkundigen is het belangrijk om te weten dat je goed overweg kunt met een pijnpomp. Ook is het belangrijk dat ze weten of de pijnstilling goed werkt en of er wel of niet bijwerkingen zijn, zoals jeuk, misselijkheid of niet kunnen plassen. Zij zullen je regelmatig vragen hoeveel pijn je nog hebt, en gebruiken daarvoor een bepaald liniaaltje. Een 0 op het liniaaltje betekent geen pijn, een 10 hele erge pijn. Je kunt ook gezichtjes aanwijzen die de hoeveelheid pijn voorstellen; bespreek zelf met de verpleegkundige wat voor jou het makkelijkst is.



### Wat is PCA?

PCA betekent "Patient Controlled Analgesia", pijnstilling die je zelf kunt regelen. Op het moment dat de pijn te erg wordt, kun jij bepalen wanneer je jezelf een medicijn tegen de pijn toedient.

### Wat is een PCA-pomp?

Misschien heeft de dokter of de verpleegkundige je een PCA-pomp al laten zien. Wanneer jij op de knop drukt, geeft deze pijnpomp een bepaalde hoeveelheid pijnmedicijn af. Vanwege de veiligheid kun je pas na een aantal minuten weer drukken voor een nieuwe hoeveelheid pijnstillers. Als je eerder drukt, doet de pijnpomp het niet. Daarnaast krijg je ook andere medicatie, bijvoorbeeld tabletten, druppels of zetpillen, tegen de pijn. De pijnpomp en de tabletten zorgen er samen voor dat je zo weinig mogelijk pijn hebt.

### Waarom regel je zelf je pijnstilling?

Zelf voel je natuurlijk het beste wanneer je pijn hebt en hoeveel pijn je hebt. Daarom kun jij bepalen hoeveel pijnstilling je nodig hebt om de pijn minder te maken. Met minder pijn kun je weer beter ademhalen, hoesten, in je bed bewegen en gewone dagelijkse dingen doen na een operatie. Een pijnpomp is zo goed voor kinderen, omdat op deze manier pijnlijke prikken niet nodig zijn en omdat het een goed gevoel geeft dat je zelf de baas bent over je pijnstilling.

### Wie mag er op de knop van de pijnpomp drukken?

Alleen jij zelf mag op de knop drukken. De dokter, je ouders, vriendjes of zelfs de verpleegkundigen mogen dit niet, omdat je anders misschien teveel pijnstillers krijgt.

## Wanneer moet ik op de knop drukken?

Als jij vindt dat je teveel pijn hebt, dan moet je op de knop drukken. Bedenk dat je na een operatie altijd voelt dat je geopereerd bent. Je hebt dus pijn, maar die mag niet te erg zijn. En gelukkig, iedere dag na de operatie wordt de pijn ook uit zichzelf minder, zodat je meestal na een paar dagen de pijnpomp niet meer nodig hebt. Bedenk dat de pijnpomp geen speeltje is en dat er geen snoepjes maar sterke medicijnen inzitten. Dus niet drukken als je geen pijn hebt.

## Hoe lang mag ik de pijnpomp gebruiken?

Hoe lang je de pijnpomp gebruikt hangt af van de operatie die je hebt gehad en van de manier waarop jijzelf de pijn voelt. Meestal gebruik je de pijnpomp twee tot drie dagen. Iedere dag komt de pijnverpleegkundige en zal dit samen met de zaaldokter beslissen en bespreken. Daarna heb je voldoende aan een tabletje tegen de pijn.

## Voor welke kinderen is de pijnpomp geschikt?

Alle kinderen die een grote operatie krijgen en die de knop van de pijnpomp kunnen bedienen en begrijpen hoe de pijnpomp werkt, kunnen een pijnpomp krijgen. Vanaf vijf jaar mag je dit meestal al zelf doen.

## Wat doe ik als ik misselijk word of jeuk krijg?

Soms krijg je behalve goede pijnstilling ook last van bijwerkingen zoals slaperigheid, misselijkheid, jeuk of niet goed kunnen plassen. Vertel dit tegen de verpleegkundige of de dokter, zodat jullie samen een andere oplossing kunnen zoeken.

## Wat kan ik nog meer doen om de pijn te verminderen?

Soms helpt het goed om ook de aandacht van de pijn af te leiden.

- Denk aan dingen die je graag doet.
- Denk aan een leuke vakantie.
- Haal rustig diep adem om te ontspannen.
- Luister naar muziek.
- Kijk televisie.
- Lees een boek.
- Speel een spelletje.

Iedereen doet het op zijn eigen manier.



## Contact

Als je na het lezen van deze informatie nog vragen hebt over de pijnpomp, stel deze dan aan de dokter die je in slaap gemaakt heeft (anesthesioloog), aan de pijnverpleegkundige die na de operatie bij je langs komt of aan de verpleegkundige van de afdeling waar je ligt.

## Websites

- [www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)
- [www.kinderwebsite.mumc.nl](http://www.kinderwebsite.mumc.nl)
- [www.gezondidee.mumc.nl](http://www.gezondidee.mumc.nl)

Odin 044049 / uitgave november 2018

Bezoekadres  
P. Debyelaan 25  
6229 HX Maastricht

Postadres  
Postbus 5800  
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer  
043-387 65 43  
[www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)