

## **PIJN EN PIJNSTILLING NA EEN OPERATIE**

---

Pijnbestrijding

FRANCISCUS VLIETLAND

## **Inleiding**

Pijn na een operatie is vrijwel onvermijdelijk. Pijn wordt gezien als een signaal van weefselbeschadiging. Aan de ene kant geeft pijn het signaal dat u rust moet nemen. Aan de andere kant kan ernstige pijn u na een operatie ook beperken. Bijvoorbeeld bij ademen, hoesten of bewegen. Kunnen bewegen, doorademen en hoesten is belangrijk voor het genezingsproces.

Tegen pijn kunt u pijnstilling nemen. Het voordeel hiervan is dat u beter kunt slapen en beter kunt eten en drinken. U bent dan minder snel moe, dit is goed voor het herstel.

## **Pijn meten**

Na de operatie vraagt de verpleegkundige u drie keer per dag naar de pijn. Dit wordt gedaan om te weten of en hoeveel pijn u heeft. Soms is het lastig uit te leggen hoeveel pijn u heeft. Er wordt daarom aan u gevraagd om een cijfer aan uw pijn te geven.

Geen pijn = 0

Weinig pijn, draaglijk = 1 t/m 3

Veel pijn, ondraaglijk = 4 t/m 7

Ernstige pijn, onhoudbaar 8 t/m 10

Het cijfer dat u geeft is nooit verkeerd. Pijn is immers een persoonlijke ervaring. Als hulpmiddel kunt u terugdenken aan een pijn waar u eerder last van had. De 'oude' pijn kunt u dan vergelijken met de pijn op dit moment.

Heeft u alleen pijn als u beweegt? Vertel dit dan aan de verpleegkundige. Voor een goed herstel is het belangrijk dat doorademen, hoesten en bewegen mogelijk is bij de pijn die u ervaart. De pijn mag hierbij geen belemmering zijn.

Als u pijn heeft, kunt u dit altijd bij de verpleegkundige of de arts aangeven. U hoeft niet te wachten tot de verpleegkundige hierom komt vragen. Heeft u medicatie gekregen en werkt het niet goed, dan kunt u dit ook aangeven.

Zodra de pijn van plaats verandert, of de pijn wordt erger, meldt dit dan bij de verpleegkundige of arts.

## **Pijnstilling**

Op vaste tijden krijgt u medicatie, bijvoorbeeld Paracetamol. Dit is de basis voor de pijnstilling. Wij adviseren u om deze medicatie in te nemen, óók wanneer de pijn op dat moment geen belangrijk probleem is.

Het kan zijn dat u naast de basispijnstilling nog andere medicatie krijgt. Bijvoorbeeld via een pomp of een injectie.

De pijn zal niet altijd helemaal verdwijnen, maar we kunnen de pijn wel verminderen naar een dragelijk niveau.

## **Vragen**

Heeft u nog vragen? Dan kunt u deze altijd stellen aan de verpleegkundige of arts.