

Pijn meten

Inleiding

Continu teveel pijn hebben is niet goed voor een mens, het is vermoeiend en slecht voor het humeur. Veel mensen met kanker hebben dagelijks matige tot ernstige pijn. Mogelijk denkt u: "pijn hebben hoort erbij" of net andersom "pijn hebben hoeft toch tegenwoordig niet meer".

Misschien bent u bang om met uw arts over uw pijn te praten omdat u denkt dat dit afleidt van de behandeling van kanker. Het tegendeel is waar. Vaak is de kanker de oorzaak van de pijn. Met antikankertherapie behandel je dus de pijn.

Met de huidige behandelingen kan het grootste deel van de patiënten voldoende pijnstilling krijgen. Dit betekent: geen of milde pijn.

Misschien voelt u wel wat, maar dit beïnvloedt uw leven niet negatief. U kunt blijven doen wat u wilt en wordt niet beperkt door pijn.

Hoe gaan we meten?

Wij vragen u om een cijfer te geven aan uw *gemiddelde pijn in de afgelopen week*.

0 = geen pijn

10 = ergst denkbare pijn

U geeft het formulier aan uw arts zodat hij/zij zo nodig pijnmedicatie kan starten. We begrijpen dat het moeilijk is om aan pijn een cijfer toe te kennen. Maar een fout antwoord bestaat niet. Volg gewoon uw gevoel. U bent de enige die weet hoe erg uw pijn is.

Geef pijn een cijfer

Door uw pijn te meten proberen we in het Oncologiecentrum beter inzicht te krijgen in de mate van pijn die u, als patiënt met kanker, ervaart. Hiermee kunnen we de pijn beter bestrijden.

Al die pillen, dat kan toch niet goed zijn.

Ieder medicijn heeft bijwerkingen. Bij opioïden (morphine, oxycodon, fentanyl, buprenorfine of methadon) is de belangrijkste bijwerking obstipatie. Om deze obstipatie te voorkomen wordt bij opioïden een laxeermiddel voorgeschreven.

Soms worden mensen misselijk of suf wanneer ze met de pijnmedicatie starten. Dit gaat vanzelf na een paar dagen over.

Pijn is vaak slechter dan pillen.



Pijn is vaak slechter dan pillen.

Er zijn veel verhalen over sterke pijnstillers. De meeste zijn angstaanjagend maar NIET waar!

Wanneer over morfine gesproken wordt kan ook een ander opioïd bedoeld worden.

Aan morfine raakt u verslaafd!!

NEE: zolang u zoveel neemt als nodig om de pijn te behandelen, raakt u nooit verslaafd.

Als u eenmaal aan de morfine bent duurt het niet lang meer!!

NEE: sterke pijnstillers neemt u voor erge pijn. Wanneer de pijn afneemt, bijvoorbeeld omdat de behandeling tegen kanker goed aanslaat, bouwt u de morfine in overleg met uw arts weer af.

Morfine is het eindstadium!!

NEE: morfine is gewoon een goede pijnstiller die u neemt bij erge pijn, onafhankelijk van hoelang en hoe ziek u bent.

U kunt het best zo min mogelijk pijnstillers gebruiken!!!

Natuurlijk moet u nooit teveel pijnstillers gebruiken. Maar onthoudt dat pijn vaak slechter voor u is dan medicijnen!

Pijnstillers neemt u als de pijn op komt zetten!!!

NEE: pijnstillers neemt u op vaste tijden zodat er een goede basis pijnstilling ontstaat. Wanneer u wacht tot de pijn begint, loopt u steeds achter de feiten aan en zal een goede pijnstilling niet bereikt worden.

Door morfine kunt u een ademstilstand krijgen!!

NEE: zolang u zoveel morfine neemt als nodig is, is de invloed van morfine op de ademhaling verwaarloosbaar

Contact

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen dan kunt u deze bespreken met uw behandelend arts. Meer informatie vindt u ook in de folder "Pijn bij kanker" van KWF. Deze is verkrijgbaar in het Ontmoetingscentrum.

Oncologiecentrum:

Polikliniek: T. 043-3876400

Email: poli.oncologiecentrum@mumc.nl

Websites

www.kwfkankerbestrijding.nl

www.kanker.nl

www.mumc.nl

Uitgave augustus 2013

Bezoekadres
P. Debyelaan 25
6229 HX Maastricht

Postadres
Postbus 5800
6202 AZ Maastricht

Algemeen telefoonnummer
043-387 65 43
www.mumc.nl

Maastricht UMC+



azM en UM werken samen onder de naam Maastricht UMC+