



VRAGEN?

Heb je nog vragen? Aarzel niet om een verpleegkundige aan te spreken.

Je hoeft zeker niet te wachten tot een verpleegkundige langskomt om over je pijn te praten.

We wensen je alvast een spoedig herstel!



AZ JAN PALFIJN
GENT

Watersportlaan 5 - 9000 Gent
T +32 (0)9 224 71 11 - F +32 (0)9 224 70 42
info@janpalfijngent.be - www.janpalfijn.be



AZ JAN PALFIJN
GENT



*Behandeling van pijn
na een operatie*

INFORMATIE VOOR PATIËNTEN

REGISTRATIE VAN PIJN

Na een heelkundige ingreep kan er pijn optreden. We noemen dit *postoperatieve pijn*.

Het is belangrijk dat je zo min mogelijk postoperatieve pijn ervaart. Op deze manier herstel je sneller van de operatie.

Om de pijn te kunnen bestrijden, is het voor de artsen en verpleegkundigen belangrijk te weten hoeveel pijn je voelt. Daarom word je pijn op de verpleegafdeling op regelmatige basis geregistreerd.

Om pijn te registreren bestaat geen meettoestel zoals een thermometer of een hartslagmeter. Jij bent de enige die kan vertellen of je pijn hebt en hoe erg die pijn is. Dat betekent dat wij alle patiënten op de afdeling twee keer per dag vragen om een cijfer toe te kennen aan de mate waarin ze pijn beleven.

Veel mensen vinden het moeilijk om aan anderen uit te leggen hoeveel pijn zij hebben. Dat is heel begrijpelijk, een ander kan uw pijn immers niet voelen. Het geven van een cijfer kan daarbij helpen.

In deze folder vertellen we hoe je pijn een cijfer kunt geven.

HET PIJNCIJFER

Tweemaal per dag komt een verpleegkundige je vragen om je pijn aan te duiden op een *pijnschaal*. Je geeft een cijfer tussen 0 en 10:

- ▶ 0 = geen pijn
- ▶ 10 = de ergste pijn die je je kunt voorstellen
- ▶ Weinig pijn? Geef een cijfer tussen 1 en 4.
- ▶ Veel pijn? Geef een cijfer tussen 7 en 10.

Bij het geven van een pijncijfer kan het helpen om terug te denken aan pijn waar je eerder last van hebt gehad. Deze vroegere pijn kun je dan vergelijken met je huidige pijn.

LET OP: Je kunt nooit een verkeerd cijfer geven! Het gaat immers om de pijn die jij ervaart en pijn is een persoonlijk ervaring. Als je bijvoorbeeld denkt dat jouw pijn 5 is, dan duid je het cijfer 5 aan. Ook al denk je misschien dat iemand anders daar een 3 of een 7 voor zou geven.

WISSELING IN PIJN

- ▶ Voel je op verschillende plaatsen pijn? Geef dan een score op basis van de plaats waar je het meeste pijn ervaart.
- ▶ Heb je op specifieke momenten pijn, bijvoorbeeld enkel als je beweegt of moet plassen? Vertel dit dan aan de verpleegkundigen en geef een score voor dat pijnmoment.

DE PIJNLAT

Een score geven aan je pijn kan eenvoudig met een pijnlat. Je schuift de indicator van de pijnlat tot aan het cijfer dat overeenkomt met je pijn. Een pijnlat kan er zo uitzien:

