

00387-NL

nl

Pijnbeleid

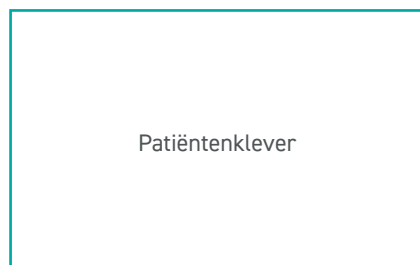
JAN YPERMAN ZIEKENHUIS

Jouw zorg
is onze zorg





GEGEVENS PATIËNT



Patiëntenlever

Inhoud

Wat is pijn?	3
Waarom is pijnbehandeling belangrijk?	3
Pijn is meer dan een symptoom	4
Jouw rol als patiënt	4
Wanneer en hoe meten we pijn?	4
Hoe behandelen we pijn?	5
Multidisciplinaire aanpak	6



Heb je nog vragen?

Stel ze aan je behandelend arts of een verpleegkundige.

Wat is pijn?

Pijn is een onaangename en soms hevige ervaring. Je voelt pijn wanneer je lichaam beschadigd is of dreigt beschadigd te worden.

Pijn kan acuut zijn (kortdurend) of chronisch (langer dan 3 maanden). Pijn heeft niet alleen invloed op je lichaam, maar ook op je emoties, je gedachten en je sociaal leven.

Er bestaan verschillende soorten pijn:

- **Acute pijn** - kortdurend en vaak duidelijk van oorzaak (zoals na een operatie of blessure)
- **Chronische pijn** - pijn die langer dan drie maanden aanhoudt, ook als de oorspronkelijke oorzaak is verdwenen
- **Neuropathische pijn** - pijn door beschadiging van zenuwen
- **Kankergerelateerde pijn** - vaak een combinatie van verschillende soorten pijn

Waarom is pijnbehandeling belangrijk?

Goede pijnbehandeling is internationaal erkend als een fundamenteel mensenrecht. Pijn niet of onvoldoende behandelen is medisch en ethisch niet aanvaardbaar.

Goede pijnzorg helpt je sneller herstellen. Onvoldoende behandeling kan leiden tot chronische pijn, die moeilijker te behandelen is. Zonder goede pijnbestrijding kan je ook minder goed deelnemen aan revalidatie of kinesitherapie.

In het Jan Yperman Ziekenhuis pakken we pijn professioneel en multidisciplinair aan.

- We stellen gericht een diagnose: we bepalen welk type pijn je hebt.
- We stemmen de behandeling af op jouw situatie en medische voorgeschiedenis.
- Verschillende zorgverleners werken samen: artsen, verpleegkundigen, pijnverpleegkundigen, psychologen en kinesitherapeuten.
- We proberen chronische pijn te voorkomen door vroeg en efficiënt te behandelen.
- We zetten jouw comfort en kwaliteit van leven centraal.

Pijn is meer dan een symptoom

Pijn is niet alleen een lichamelijk signaal. Het beïnvloedt ook je emotioneel en mentaal welzijn. Onbehandelde of slecht behandelde pijn kan leiden tot:

- Tragere genezing na een operatie of letsel
- Slechte nachtrust en vermoeidheid
- Minder eetlust en minder beweging
- Angst, depressie of sociale isolatie
- Een verhoogd risico op chronische pijn

Jouw rol als patiënt

Je bent een belangrijk onderdeel van het behandelteam. Door open te praten over je pijn, het effect van behandelingen en je verwachtingen, kunnen we samen de beste aanpak bepalen.

Wanneer en hoe meten we pijn?



Verpleegkundigen vragen je minstens drie keer per dag hoe het met je pijn gaat. Ze gebruiken hiervoor een pijnschaal van 0 tot 10. 0 betekent geen pijn. 10 betekent de ergst denkbare pijn.

Zo stemmen we de behandeling af op wat jij voelt. Niemand anders kan in jouw plaats bepalen hoe ernstig je pijn is.

Hoe behandelen we pijn?

Pijn kan op een verschillende manieren worden behandeld, afhankelijk van de **oorzaak**, de **ernst**, de **duur** van de pijn en de **algemene toestand** van de patiënt.

Zonder medicatie

Bij milde tot matige pijn, of als aanvulling op medicatie, kunnen we andere maatregelen inzetten:

- Comfortabele houding of regelmatig van houding wisselen
- Warmte- of koudetherapie
- Rust, troost, afleiding (muziek, tv, gesprek) of relaxatie
- Gebruik van een VR-bril (Virtual Reality)
- TENS-therapie (elektrische zenuwstimulatie)

Met medicatie

We vinden het belangrijk dat je de juiste pijnmedicatie krijgt, afgestemd op jouw noden.



Daarom gebruiken we de WHO-pijnladder. Dat is een internationaal stappenplan waarbij we starten met lichtere pijnstillers en indien nodig overstappen naar sterkere medicatie.

De ladder is flexibel. De arts kan stappen overslaan of combineren.

Bij neuropathische pijn gebruiken we vaak aanvullende medicatie, zoals bepaalde antidepressiva of anti-epileptica.

Enkele tips

- Volg altijd het advies van je behandelende arts.
- Vergelijk je pijn niet met die van iemand anders.
- Neem je medicatie op de voorgeschreven tijdstippen. Sla geen dosis over, ook niet als je op dat moment weinig pijn hebt. Zo voorkom je plotse hevige pijn.

Multidisciplinaire aanpak

Bij moeilijk behandelbare pijn kan het Algologisch team (pijnteam) worden ingeschakeld.

De pijnverpleegkundige maakt een evaluatie van je pijn op basis van het verpleegdossier, informatie van de behandelende arts en jouw eigen ervaring.

De behandelende arts kan een algoloog (gespecialiseerde pijnarts) in consult vragen. Deze arts onderzoekt en behandelt pijn en werkt samen met andere specialisten om een persoonlijk behandelplan op te stellen.

Spelen psychosociale factoren een rol, zoals angst, controleverlies, hopeloosheid of depressieve gevoelens? Dan kan ook de psycholoog van het pijnteam worden betrokken.

Bij chronische pijn kan je worden doorverwezen naar het Multidisciplinair Pijncentrum (MPC), waar de opvolging ambulantly gebeurt.

Goede pijnzorg is een recht, geen luxe. In ons ziekenhuis nemen we pijn ernstig, zodat je je beter voelt, sneller herstelt en meer controle krijgt over je gezon

Contact

Secretariaat Pijnkliniek

Openingsuren:

Maandag - vrijdag: 8.30 - 17 uur

057 35 61 20

pijnkliniek@yperman.net

Volg route 79

Meer info op: pijnkliniek.yperman.net

Liever digitaal?
Scan de QR-code



Deze informatiebrochure is met de grootste zorg opgemaakt. Ze bevat algemene informatie en is bedoeld als aanvulling op het gesprek met jouw zorgverlener. Jan Yperman Ziekenhuis vzw, onze artsen en medewerkers zijn niet aansprakelijk voor vergissingen, tekortkomingen of onvolledigheden in deze brochure.

Opmerkingen en/of suggesties kan je melden via communicatie@yperman.net

Jan Yperman Ziekenhuis vzw
Briekestraat 12, 8900 Ieper
info@yperman.net
057 35 35 35
www.yperman.net

