

Een trillend bijtje maskeert de pijnprikkel (links). Op een pijn-schaal geeft het kind aan hoeveel pijn het heeft (rechts).



## Pijnbeleid bij kinderen

# Gaat het pijn doen, mama?

Van verdovende pleisters tot een magisch bijtje dat de pijn vermindert: manieren genoeg om pijn bij kinderen te verzachten. ‘We willen iedereen mee op de kar’, zegt pijnverpleegkundige Ann Roete.

**E**en kind dat naar het ziekenhuis moet, dat is nooit fijn. Pijn kan het dan al helemaal missen. De overheid besteedt tegenwoordig dan ook veel aandacht aan pijnbestrijding bij kinderen in ziekenhuizen. Zo moet elk universitair ziekenhuis een pijnverpleegkundige voor kinderen hebben. In het UZA is dat Ann Roete. ‘Nog te vaak wordt pijn bij kinderen geminimaliseerd’, vindt zij. ‘Zo zijn ouders na een ingreep

vaak geneigd minder pijnstilling te geven dan voorgeschreven. Ten onrechte: als een kind na een operatie pijn lijdt, herstelt het minder snel en kan de pijn chronisch worden. Terwijl de juiste pijnmedicatie geen kwaad kan.’

### Let op wat je zegt

Het UZA heeft een duidelijk pijnbeleid voor kinderen. Ann: ‘We leggen formeel vast hoe pijn bij kinderen wordt aangepakt en geven daar regelmatig opleiding rond.

## Pijnlijke prik?

- Is uw kind erg bang voor een prik? Vraag dan zeker of het vooraf een verdovende pleister of zalf kan krijgen, eventueel al thuis aan te brengen, of bespreek met de arts of de verpleegkundige wat mogelijk is.
- Bereid uw kind goed voor door te vertellen wat er gaat gebeuren, en waarom.
- Vermijd angstaanjagende woorden als ‘naald’, ‘pijn’ en ‘inфуus’.
- Stel eventueel een beloning in het vooruitzicht.
- Ga uw kind niet uitgebreid troosten of knuffelen: zo versterkt u het idee dat er iets ergs gaat gebeuren. Prijs het liever of moedig het aan. Geef het gevoel dat jullie de

situatie samen onder controle hebben.

- Afdleiding helpt: samen zingen, bel-len blazen ... Laat uw kind tijdens een bloedname gerust verder spelen op zijn tablet, als dat kan.
- Leer uw kind dat pijn geen drama is. Reageer positief maar kordaat als het zich een keer bezeert: even over wrijven en het is zo weer over!



Zo bestaan er goede methodes om pijn objectief te meten, ook bij de kleinsten. We geven ook toelichting bij pijnmedicatie en andere middelen om de pijn te verzachten, zoals pijnverzachtende pleisters of lichte verdoving met een speciaal gasmengsel. Sinds kort hebben we zelfs een bijtje dat trilt: als je dat bij een bloedname op de arm van het kind zet, wordt de pijnprikkel deels gemaskeerd.'

Een juiste, kindvriendelijke benadering maakt het verschil. 'Het is bijvoorbeeld goed om het kind een gevoel van controle te geven: laat het kiezen of het tot drie of tot vijf aftelt, of zeg dat het heel hard mag blazen. Goede communicatie is cruciaal: zeg bijvoorbeeld niet dat het kind niet bang moet zijn, want zo suggereer je dat daar reden toe is', legt Ann uit.

### Eerste hulp bij prikangst

Afdelingen die vaak kinderen behandelen, hebben een referentieverpleegkundige die opgeleid is rond het thema. Soms komt Ann zelf naar de afdeling voor ondersteuning, bijvoorbeeld als een kind heel angstig is voor een prik. Ze begeleidt ook wekelijks kinderen

met chronische pijn of prikangst. Meestal komen ze twee keer bij haar langs. 'Ik geef dan tips en veel uitleg: wat is pijn, waar komt het vandaan, welke rol speelt spanning daarbij ... Soms helpen relaxatieoefeningen.'

De bedoeling is om de kennis rond pijnbestrijding bij kinderen ook naar andere ziekenhuizen over te dragen. Ann geeft dan ook regelmatig opleiding aan zorgverleners buiten huis. Vorig jaar in december



### Nog te vaak wordt pijn bij kinderen geminimaliseerd

organiseerde ze in samenwerking met het ZNA Middelheim een symposium rond pijn bij kinderen. En binnenkort komt er een nieuwe editie van het zakboekje rond pijnbestrijding bij kinderen, een handleiding die door de *Belgian Pediatric Pain Association* werd samengesteld. 'We kunnen het niet alleen. Hoe meer zorgverleners onze aanpak overnemen, hoe vanzelfsprekender die wordt', besluit ze. ☺



## Het juiste diploma?

\*\*\*

Hoe weet het ziekenhuis zeker dat uw arts of een andere zorgverlener ook werkelijk de juiste diploma's heeft behaald? Dat gebeurt aan de hand van bronverificatie.

### Wat is bronverificatie?

Vooraleer iemand in dienst komt in het UZA moet die persoon zijn diploma, visum en/of erkenning voorleggen. Die documenten worden vervolgens geverifieerd: er wordt contact opgenomen met de hogeschool, universiteit of andere instanties om na te gaan of de medewerker er inderdaad is afgestudeerd of erkend. Ook een eventueel visum wordt op die manier geverifieerd.

### Wat met medewerkers die al langer in dienst zijn?

Vroeger volstond het dat medewerkers hun diploma of erkenning voorlegden om aangeworven te worden. In het kader van JCI is intussen ook het grootste deel van de diploma's en erkenningen van medewerkers die eerder al in dienst waren, geverifieerd. Alle verificaties zijn ook traceerbaar: er wordt bijgehouden wie de verificatie heeft uitgevoerd, bij welke instantie en op welk moment.