



A.S.Z.
ZIEKENHUIS



Informatiebrochure

Pijnschema bij ontslag na een chirurgische ingreep

Beste

Je werd in het A.S.Z. geopereerd en gaat nu terug naar huis. Na een operatie zal je natuurlijk pijn ondervinden. Hoelang en hoeveel pijnstillers je nodig zal hebben is moeilijk te zeggen pijn is heel persoonlijk, iedereen ervaart pijn op zijn manier.

Het is belangrijk dat de pijnmedicatie die werd voorgeschreven op de juiste manier wordt ingenomen. Best wordt de medicatie op vaste tijdstippen ingenomen, zodra de pijn vermindert kan je de medicatie gaan afbouwen.

Het is belangrijk dat je zeker in het begin voldoende pijnstilling inneemt. De pijn voorkomen werkt meestal beter dan ernstige pijn terug verminderen.

In deze folder lees je:

- Hoe je pijnmedicatie moet innemen
- Hoe je deze medicatie terug kan afbouwen

Indien er problemen of vragen zijn bij het innemen of afbouwen van de pijnmedicatie, kan je terecht bij jouw huisarts of jouw behandelend arts die bij ontslag de pijnmedicatie met jou besproken heeft.

STAP 1

Bij pijn neem je systematisch en op vaste tijdstippen

Paracetamol (1 gr)

Paracetamol is koortswerend en pijnstillend.

Let op: overmatig gebruik (meer dan de maximale dosis) kan belangrijke leverschade geven.

Hoeveel neem je in (dosis volwassenen)?

- Neem maximum 1 gr per inname
- Laat minstens 4 uur tussen twee innames
- Aangeraden dosis: 3 x 1 gr / dag
- Maximale dosis: je mag nooit meer dan 4 gr innemen
- Uitzondering: aangeraden dosis 2 x 1 gr (maximaal 3 x 1 gr) wanneer je minder weegt dan 50 kg of chronische ondervoeding hebt, lever- of nierstoornissen hebt, chronisch alcoholisme heeft (meer dan 4 consumpties per dag).

Wanneer neem je Paracetamol het best in?

- 1 gr om 8 uur, 1 gr om 16 uur en 1 gr voor je gaat slapen
- Maximaal bij erge pijn: 1 gr om 8 uur, 1 gr om 12 uur, 1 gr om 16 uur en 1 gr voor je gaat slapen
- Paracetamol mag maar moet niet met voeding worden ingenomen.

Wanneer jouw pijn onvoldoende vermindert na stap 1
vul je jouw pijnmedicatie aan met **stap 2**

STAP 2

Vul Paracetamol 1 gr aan met Ibuprofen 600 (Brufen Forte)

Ibuprofen is pijnstillend, koortswerend en ook ontstekingsremmend.

LET OP: je mag deze medicatie niet innemen wanneer je: in het verleden een maagzweer of maagbloeding hebt gehad, je allergisch bent aan aspirine of ontstekingswerende medicatie, je nierstoornissen hebt, een andere ontstekingsremmer neemt (bv. Celebrex, Naproxen, ...)

Hoeveel neem je in?

- Maximaal 600 mg per inname
- Laat minstens 6 uur tussen 2 innames
- De maximum dosis is 3 x 600 mg per dag

Maaglast

- Brufen kan maaglast veroorzaken: je neemt dit best in tijdens of net na het eten.
- Soms wordt er een maagbeschermer voorgeschreven (bv. Pantoprazole 20 mg): je neemt hiervan 1 per dag voor het ontbijt.
- Brufen kan een maagzweer veroorzaken: stoppen bij maaglast.

Wanneer neem je dit best in?

600 mg om 8 uur, 600 mg om 16 uur, 600 mg voor het slapen (met wat voeding).

Wanneer jouw pijn onvoldoende vermindert na stap 2 vul je jouw pijnmedicatie aan met **stap 3**

STAP 3

Vul Paracetamol 1 gr en Ibuprofen 600 mg aan met Tradonal Odis 50 mg

Tradonal Odis is een morfinepreparaat.

Je laat deze tablet smelten op jouw tong.

LET OP:

- Tradonal kan slaperigheid veroorzaken: je gebruikt dit beter niet wanneer je gaat autorijden. Zeker in combinatie met alcohol of andere slaapmiddelen kan dit gevaarlijk zijn.
- Tradonal kan misselijkheid of braken veroorzaken: eventueel neem je hiervoor een antibraakmiddel (motilium, primperan).
- Tradonal kan ook aanleiding geven tot constipatie (verstopping): drink daarom voldoende, eet vezelrijk voedsel (tenzij dit niet mag i.v.m. jouw operatie).

Hoeveel neem je in?

- Maximale dosis is 400 mg per dag
- Steeds 4 uur tussen 2 innames laten

Wanneer neem je dit in?

- Neem per dag 4 x 50 mg:
- 50 mg om 8 uur, 50 mg om 12 uur, 50 mg om 16 uur en 50 mg voor je gaat slapen
- Tradonal mag maar moet niet met voeding worden ingenomen.

Wanneer jouw pijn onvoldoende vermindert

- Neem dan per dag 4 x 100 mg (= 4x twee tabletten)
- 100 mg om 8 uur, 100 mg om 12 uur , 100 mg om 16 uur

en 100 mg voor je gaat slapen

PIJNMEDICATIE AFBOUWEN

Zodra de pijn gaat afnemen start je met het afbouwen van dit schema. Wanneer je meerdere pijnstillers gebruikt dan begin je met het afbouwen van het sterkste middel. Indien je Tradonal neemt, verminder en stop dan deze medicatie als eerste.

Verminder en stop vervolgens de inname van Brufen Forte. Tenslotte kan je ook Paracetamol verminderen en stoppen.

SCHEMA

| | 8h | 12h | 16h | voor |
|---|----------------------|-------|----------------------|----------------------|
| Start Paracetamol 1 gr | 1 | (1) | 1 | 1 |
| als onvoldoende + Brufen Forte | 1 bij het eten | | 1 bij het eten | 1 bij het eten |
| als nog onvoldoende + Tradonal Odis | 1 (2) | 1 (2) | 1 (2) | 1 (2) |

Vragen of bezorgdheden? Contacteer ons:

- Chirurgisch dagziekenhuis
campus Wetteren: 09/368 82 26
- Je behandelende arts/huisarts
- Spoedopname campus Aalst:
053/76 40 06

A.S.Z. © 13 juni 2022, 01840-NL