# Pijnbestrijding medische oncologie

Tijdens uw raadpleging, dagopname of opname hebben we u informatie gegeven over pijnbestrijding. In deze brochure vindt u bijkomende informatie over het gebruik van pijnstillers. Dit kunt u eens rustig lezen.

Het is belangrijk dat u zelf weet welke pijnstillers u kunt gebruiken bij het ervaren van pijn die voor ute hinderend is. Het innemen van voldoende pijnstillers is niet nadelig voor de behandeling van uw ziekte. Te veel pijn lijden maakt dat u zich algemeen minder goed voelt en heeft een nadelige invloed op uw welbevinden en functioneren.

Een pijnbehandeling bestaat uit 3 trappen. De ernst van de pijn bepaalt welke trap voor u van toepassing is.

Trap 1: behandeling van lichte pijn. Als u de pijn niet voldoende onder controle krijgt, mag trap 2 worden toegepast.
Trap 2: behandeling van matig ernstige pijn. Indien onvoldoende, vraag dan aan uw arts of er kan worden overgegaan naar trap 3.
Trap 3: behandeling van hevige pijn.

U kunt de pijnstillers van trap 1 blijven gebruiken tijdens trap 2 en 3 aangezien ze op een andere manier werken.

## Pijnstillers van trap 1

### Paracetamol (Dafalgan) 1 gram

- Te verkrijgen zonder voorschrift
- Tablet of bruistablet, in te nemen met water
- Optimaal effect na 15 tot 30 minuten, werkt 4 tot 6 uur
- Aandachtspunten:
- Maximale dosis per dag : 4 x 1 tablet, tijd tussen 2 innames: 4 tot 6 uur

azdelta
Uw ziekenhuis.

**Deze brochure is laatst aangepast op 14/02/2023** 0520 6328-NL

**Ontstekingsremmers: Ibupofen of Brufen, Diclofenac of Voltaren**

- Enkel met voorschrift te verkrijgen: Ibuprofen tablet van 400 of 600 mg, 1 tot 3x/dag, Diclofenac 50 mg 1 tot 3 x/dag. Diclofenac retard vorm = vertraagde afgifte 75 mg, 1 tot 2 x/dag
- Tablet, in te nemen met water
- Optimaal effect na 30 minuten tot 1 uur, werkt ongeveer 8 uur (vertraagde afgifte werkt 12 uur)
- Meest frekwente neveneffecten: maaglast, maagpijn, maagontsteking, maagdarmbloeding, verminderde nierwerking.
- Aandachtspunt: niet in te nemen bij nierlijden. Bij vroegere maagbloeding, maagzweren of maagonsteking, overleg met uw arts of het kan onder inname van maagbeschermers.

Indien blijvende pijn bij correcte inname qua dosis en tijdstip, dan overgaan op trap 2.
De medicatie van trap 1 kunt u blijven innemen aangezien ze op een andere manier werken.

## Pijnstiller van trap 2

### Kort- en snelwerkende geneesmiddelen

**Tramadol (Tradonal Odis) 50 mg**

- Enkel met voorschrift te verkrijgen
- Laten smelten onder de tong
- Bij maaglast, tijdens of na het eten innemen
- Optimaal effect na 20 minuten, werkt tot 4 uur

Aandachtspunten
- Maximale dosis per dag: 400 mg
- Indien onvoldoende effect na 20 minuten: 1 tablet extra innemen
- Nadien: tijd tussen 2 innames: 4 uur
- Meest frekwente neveneffecten: duizeligheid, slaperigheid, misselijkheid en constipatie of opstopping

**Zaldiar**

- Bevat 37,5 mg tramadol en 325 mg paracetamol
- Enkel met voorschrift te verkrijgen
- Tablet in te nemen met water
- Er mogen ipv 1 ook 2 tabletten tegelijk worden ingenomen
- Interval tussen 2 innames: minstens 6 uur
- Maximaal 8 tabletten per dag
- Als hiernaast ook nog inname van paracetamol (Dafalgan): maximale dagdosis van paracetamol is 4 g of 4000 mg.
- Meest frekwente neveneffecten: duizeligheid, slaperigheid,misselijkheid, constipatie of opstopping

**Dafalgan Codeïne of paracetamol codeïne**

- Enkel met voorschrift te verkrijgen
- Indien bruistablet: goed in water laten oplossen! Indien tablet: in te nemen met water
- Inname: mag nuchter (codeïne werkt sneller) of bij het eten (minder belastend in geval van gevoelige maag)
- Optimaal effect na 15 tot 30 minuten, werkt 4 tot 6 uur
- Aandachtspunten:
- maximale dosis per dag: 4 x 1 (bruis)tablet
- tijd tussen 2 innames: 4 uur
- belangrijk: Dafalgan 1 gram van trap 1 (zonder codeïne) moet u halveren bij inname van Dafalgan Codeïne! Neem daar 2 x 1gram van in (in plaats van 4 x 1gram).

Als je Tradonal of Dafalgan Codeïne dagelijks inneemt, gebruik dan een laxeermiddel want anders krijgt u veel last van constipatie of opstopping. Enkel bij diarree eens overslaan. Een veelgebruikt laxeermiddel: Movicol 1 zakje per dag en zo nodig op te drijven tot 2 of 3 per dag.

## Langwerkende geneesmiddelen

Als u last hebt van chronische pijn, dan gebruikt u best langwerkende medicatie. Deze werkt gedurende 12 uur. Als u hiervan 1 ’s morgens en 1 ’s avonds inneemt, dan hebt u zowel overdag als ’s nachts een aanhoudende pijnstillende werking.

**Tramadol (= Tradonal°) Retard** (=verlengde afgifte) 100 mg: 2 x 1 per dag.
Als u neveneffecten ervaart op 100 mg, verminder je de dosis naar 2 x 50 mg per dag

Bij acute pijn (doorbraakpijn), neemt u als extra een Tradonal Odis van 50 mg.
Maximale dosis per dag: kortwerkende en langwerkende vorm samengeteld: 400 mg

Als er een aanhoudende onvoldoende onderdrukking van de pijn is, dan kan Tramadol Retard worden verhoogd naar 2 x 150 mg per dag. Indien onvoldoende: verhogen naar 2 x 200 mg per dag. Aandachtspunt: neveneffecten zijn mogelijk zoals duizeligheid, slaperigheid, misselijkheid en braken.
Als deze pijnstillers niet voldoende werken, dan gaat u over naar trap 3. Pijnstillers van trap 1 mogen nog verder gebruikt worden. De pijnstillers van trap 2 dienen te worden gestopt aangezien de pijnstillers van trap 3 anders niet goed kunnen werken.

## Pijnstillers van trap 3: morfineachtige geneesmiddelen

- Ofwel starten met **kortwerkende medicatie zoals** Oxynorm 5 mg in geval van minder frekwente pijn. Dat werkt binnen de 30 minuten gedurende een 4-tal uur.
- Ofwel starten met **langwerkende medicatie** in het geval van aanhoudende en te hinderende pijn.

Er kan gekozen worden tussen een pleister en een pil.

- **Durogesi**c 12 microgram. Deze pleister wordt om de 3 dagen (=72 uur) vervangen. Bij de opstart begint de optimale werking pas na 12 uur
- **Oxycodon (Oxycontin°)** 2 x 5 mg per dag, werkt 12 uur. Dit is 1 ’s morgens en 1 ’s avonds. Bij de opstart begint de werking pas na 2 tot 3 uur.

Bij acute pijn of doorbraakpijn onder een langwerkend product, tijdig Oxynorm bijnemen. Zo nodig te herhalen tot 6 x per dag.

Steeds dagelijks een laxeermiddel innemen want anders krijgt u veel last van constipatie of opstopping. Enkel bij diarree eens overslaan. Een veelgebruikt laxeermiddel is Movicol 1 per dag en zo nodig op te drijven tot 2 of 3 per dag.

Indien onvoldoende effect (bv. 4 keer of meer per 24 uur Oxynorm nodig voor acute pijn), dan de dosis van het langwerkend geneesmiddel verhogen in overleg met uw arts:

- Durogesic verhogen van 12 naar 25 microgram. Verder verhogen naar 25 + 12 microgram (tegelijk 1 pleister van 25 microgram en 1 van 12 microgram), 50 microgram, 75 microgram , 100 microgram en meer.
- Oxycodon (Oxycontin) naar 2 x 10 mg, 2 x 15 mg (=10+5 mg) per dag, 2 x 20 mg per dag, 2 x 30 mg per dag, 2 x 40 mg per dag en meer.

Bij acute pijn wordt de dosis van Oxynorm ook verhoogd.

- Bij Durogesic 25 microgram of Oxycodon (Oxycontin) 2 x 15 mg (=10 + 5mg): gebruik Oxynorm 5 mg
- Bij Durogesic 50 microgram of Oxycodon (Oxycontin) 2 x 30 mg: gebruik Oxynorm 10 mg of 2 tegelijk van 5 mg.
- Bij Durogesic 75 microgram of Oxycodon (Oxycontin) 2x 40 mg: gebruik Oxynorm 15 mg= tegelijk 10 mg en 5 mg.
- Bij Durogesic 100 microgram of Oxycodon (Oxycontin) 2x 40 mg: gebruik Oxynorm 20 mg of 2 tegelijk van 10 mg.

Meest frekwente neveneffecten: constipatie, duizeligheid, slaperigheid, misselijkheid, braken, zweten, moeilijker plassen.

## Hulpmiddelen

- Tijdens een dagopname of opname in het ziekenhuis, zal de verpleegkundige u vragen om de pijn aan te duiden op een schaal van 0 tot 10. Hierbij betekent 0 dat u geen pijn voelt en is 10 de ergst denkbare of maximale pijn. Zo kunnen we beter inschatten hoe intens de pijn is di eu ervaart.

- Bij het melden aan de zorgverlener hoe u pijn ervaart, is het aangewezen uw pijn voldoende nauwkeurig te omschrijven:
- Waar lokaliseert de pijn zich?
- Hoe intens is de pijn? Ervaart u op te veel momenten van de dag te intense pijn?
- Is het scherpe pijn of eerder doffe, drukkende of krampende pijn? Heeft de pijn specifieke kenmerken zoals brandend, stekende of schietende pijn? Gaat de pijn soms gepaard met gevoelsstoornissen zoals zinderingen of verdoofd of slapend gevoel? Is aanraking van de huid pijnlijk?
- Hebt u langdurig aanhoudende pijn of korte opstoten van pijn of beide?
- Hoeveel keer per dag of per weekmoet u extra pijnstillers innemen?
- Als u een extra pijnstiller neemt, helpt dit dan voldoende na 30-60 minuten?
- Hebt u nachtelijke pijn die het slapen belemmert?
- Wenst u een aanpassing van uw pijnstillers?

## Contact

Als unaar huis gaat, zorg ervoor dat u pijnstillers tijdig in huis hebt.
Neem zeker terug contact op:

- als de voorgeschreven behandeling onvoldoende zou zijn
- als u eventueel last ondervindt van nevenwerkingen
- Als u, na het lezen van deze brochure, nog vragen zou hebben

Uw huisarts
Secretariaat oncologie
Rumbeke: 051 23 73 42
Torhout: 050 23 24 01
Oncologisch verpleegkundige. De oncologisch verpleegkundige neemt zo nodig contact op met uw arts.

*Bron: dienst medische oncologie*