

Spoed



# Pijn

Informatiefolder

## **01** Pijn

Bij letsels en aandoeningen worden er in het lichaam signalen uitgezonden vanuit de plaats van aandoening, via het ruggenmerg, langs de zenuwvezels. Vanaf een bepaalde drempel worden deze signalen doorgegeven aan het centrale zenuwstelsel, vanaf dat moment ga je pijn ervaren. Het type aandoening bepaalt de ernst van de pijnprikkeling.

## **02** Pijnstillende medicatie

Neem enkel pijnstillende medicatie als je pijn hebt en volg steeds de instructies van de arts en de bijsluiter. Neem de medicatie op regelmatige basis na je bezoek aan de dienst spoedgevallen.

## **03** Doen!

- Neem geneesmiddelen steeds in met wat voeding (vb. koek). Dit is belangrijk!
- Bewaar medicatie buiten bereik van kinderen!

## **04** Niet doen!

- Overschrijd nooit de voorgeschreven dosis (in een periode van 24 uur).

## **05** **Opgelet!**

Deze medicatie werd voor jou voorgeschreven. Geef ze niet aan iemand anders.

Neem zelf ook geen medicatie die voor andere personen werd voorgeschreven.

Consulteer je huisarts als je pijn blijft hebben ook al heb je je pijnmedicatie correct ingenomen.

## **06** **Pijnstilling voor volwassenen**

Als standaard behandeling kan het volgende voorgesteld worden:

- Paracetamol 500 mg (2 tabletten 3x/dag; maximum 6 tabletten per dag)

OF

- Ibuprofen 400 mg (1 tablet 3x/dag)

Beide geneesmiddelen zijn zonder voorschrift te verkrijgen bij de apotheker.

's Avonds, 's nachts en in het weekend ga je naar de apotheker van wacht (terug te vinden in de dag- en weekbladen, op het infokanaal van je tv, eventueel kan je deze opvragen op de dienst spoedgevallen).

## 07

### Let wel!

- Neem geen Ibuprofen of andere ontstekingsremmers als je in het verleden maagzweren had of als je maaglast krijgt tijdens de behandeling.
- Vermijd aspirine indien je astmapatiënt bent.

## 08

### Pijnstilling voor kinderen

Als je kind pijn of koorts heeft, geef het dan Paracetamol (Perdolan, Dafalgan) of Ibuprofen (Nurofen/Perdophen/Malafene). Beide zijn zonder voorschrift te verkrijgen bij de apotheker.

#### **Dosering:**

#### **Ibuprofen (Nurofen/Perdophen/Malafene):**

→ Zie verpakking of bijsluiter voor de juiste dosis.

#### **Paracetamol (Perdolan, Dafalgan):**

Jonger dan 3 maanden: enkel op specifiek voorschrift van de arts.

→ Zie verpakking of bijsluiter voor de juiste dosis.

→ Vanaf 32 kg lichaamsgewicht: 500 mg alle 4 à 6 uur (max. 4 dosissen/24 uur).

Geef bij voorkeur geen aspirines of medicamenten die aspirine bevatten aan kinderen **jonger dan 12 jaar!**

Als je twijfelt aan de dosis of hierover verdere informatie wenst, raadpleeg dan je apotheker, huisarts of behandelende arts of specialist.

- **Rust**

Beweeg het letselgebied zo weinig mogelijk (immobiliseren). Hierdoor zal je pijn afnemen.

- **Hoogstand**

Breng het getroffen lidmaat in hoogstand, zo kun je zwelling bestrijden en vermijd je een toename van de pijn.

- **IJs**

Verminder de zwelling en de pijn door afwisselend een ijsverpakking aan te brengen. Breng het ijs niet rechtstreeks op de huid aan maar omwikkel het met een doek. Verwijder de ijsverpakking na 10 minuten en wacht eventjes vooraleer ze weer aan te brengen.

- **Compressie**

Steunverband.



## Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

Spoedgevallen  
Tel.: 011 69 93 33



**Dierstersteenweg 100 • 3800 Sint-Truiden**

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10

info@stzh.be • www.sint-trudo.be