

Handleiding

De definities met betrekking tot pijn waarin deze pijnanamnese van uitgegaan wordt zijn:

- "Pijn is wat degene die pijn heeft, zegt dat het is. En het bestaat telkens als hij zegt dat het bestaat." (McCaffery, 1979).
- Acute pijn: wordt veroorzaakt door weefselbeschadigingen gekenmerkt door een relatief duidelijke relatie tussen de schadelijke prikkel en de pijn.
- Chronische pijn: pijn die langer bestaat dan de verwachte hersteltijd van de oorspronkelijke weefselbeschadiging.

De pijnanamnese is een hulpmiddel bij het verhelderen van het pijnprobleem, het stellen van (verpleegkundige) diagnoses en het afspreken van interventies.

Wanneer pijnanamnese afnemen:

- Volwassenen.
- Patiënten met matige tot ernstige pijn (pijnintensiteit van 4 en /of hoger) en/of gebruik pijnmedicatie.
- Chronische pijn volgens bovenstaande definitie.
- Bij langdurige pijn kan het raadzaam zijn de anamnese na verloop van tijd te herhalen.

Tevens kan de pijnanamnese gebruikt worden wanneer de patiënt gedurende de opname, of zorgvraag thuis pijn ontwikkeld. De pijnanamnese wordt, aan de hand van de volgende aanwijzingen, ingevuld door de verpleegkundige in samenwerking met de patiënt.

PROBLEEM

1. Locatie van de pijn
Laat de patiënt op het plaatje aan geven waar hij de pijn voelt. Indien hij op meer dan 1 plaats pijn heeft: Geef middels cijfers aan welke pijn het voornaamst is (1) en welke minder (2,3, etc.). Indien de pijn uitstraalt, geef dit aan d.m.v. arceren.
2. Hoelang deze pijn?
Laat de patiënt aangeven hoe lang hij al last heeft van deze pijn.
5. Omschrijving van de pijn
De manier waarop de patiënt zijn pijn omschrijft kan inzicht geven in de aard en de oorzaak van de klachten. Noem telkens de drie onder elkaar staande termen op en vraag de patiënt of zijn pijn op dit moment zodanig voelt. Patiënten herkennen meestal meteen de omschrijving die past bij hun pijn. Als er in een groepje twee of meer woorden op de pijn van toepassing zijn, dan kiest u dat woord dat het beste aangeeft wat voor pijn de patiënt heeft. Als er in een groepje helemaal geen woorden zitten die op de pijn van toepassing zijn, dan hoeft u niets in te vullen, en gaat u gewoon verder naar het volgende groepje woorden. Per groepje woorden kan er maximaal 1 worden aangekruist.
- 6 e. Hoeveel pijn is draaglijk
Bij welk cijfer is de pijn nog acceptabel en belemmert de pijn de patiënt niet teveel.

ETIOLOGIE

7. Oorzaak
Laat de patiënt het uitleggen en wat hij denkt dat de oorzaak van zijn pijn is.
8. Verergerende factoren
Pijn kan door vele factoren verergeren. Er staan slechts een aantal genoemd. Probeer te achterhalen wat de pijn bij deze patiënt verergert. Noteer ook als de patiënt zegt dat de pijn zonder aanleiding erger wordt.
9. Pijnverlichtende factoren
Ga na wat de patiënt doet of nalaat om de pijn te doen verlichten.

SYMPTOMEN

10. Invloed van pijn op slaap
Ga na of de pijn of pijnbehandeling van invloed is op het slaappatroon.
11. Invloed van pijn op andere aspecten van dagelijks leven
Ga na of de pijn of pijnbehandeling van invloed is op genoemde aspecten van het dagelijks leven en een probleem vormt voor het welzijn van de patiënt.
12. Invloed van pijn op stemmingen en emoties
Pijn is vaak van invloed op stemmingen en emoties. Ga na of dat bij de patiënt van toepassing is.
13. Medicijnen
Vraag de patiënt op te noemen welke medicijnen hij daadwerkelijk slikt. Vraag tevens wanneer hij deze slikt (tijden) en de dosering. Deze vraag is bedoeld om na te gaan wat de patiënt weet van zijn pijnbehandeling.
14. Last van bijwerkingen
Vraag per item of de patiënt daar last van heeft en vul, indien van toepassing, in hoeveel last.
15. Opmerkingen
Wanneer gesprek niet met patiënt gevoerd is, vermeld dan hier wie de gegevens verstrekt heeft.

5. Hoe zou u de pijn die u voelt het beste kunnen omschrijven?
- | | | | | | |
|---|---|---|-------------------------------------|---|-------------------------------------|
| 1 | <input type="checkbox"/> opflikkerend | 2 | <input type="checkbox"/> prikkelend | 3 | <input type="checkbox"/> drukkend |
| | <input type="checkbox"/> flitsend | | <input type="checkbox"/> stekend | | <input type="checkbox"/> knellend |
| | <input type="checkbox"/> schietend | | <input type="checkbox"/> doorborend | | <input type="checkbox"/> snoerend |
| 4 | <input type="checkbox"/> branderig | 5 | <input type="checkbox"/> scherp | 6 | <input type="checkbox"/> zeurend |
| | <input type="checkbox"/> brandend | | <input type="checkbox"/> snijdend | | <input type="checkbox"/> knagend |
| | <input type="checkbox"/> vlammend | | <input type="checkbox"/> messcherp | | <input type="checkbox"/> hardnekkig |
| | <input type="checkbox"/> anders, nl.: | | | | |

6. Als u uw pijn uitdrukt in een cijfer tussen 0 en 10, waarbij 0 betekent geen pijn en 10 betekent de ergste pijn die u zich kunt voorstellen, hoeveel pijn

- a. heeft u op dit moment?
- b. had u gemiddeld de afgelopen week?
- c. heeft u als uw pijn het minst erg is?
- d. heeft u als uw pijn op zijn ergst is?
- e. vindt u draaglijk?

ETIOLOGIE (oorzaak+samenhangende factoren)

7. Waardoor denkt u dat uw pijn wordt veroorzaakt?

8. Waardoor wordt uw pijn erger? (meerdere antwoorden mogelijk)
- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Lichamelijke verzorging | <input type="checkbox"/> Behandelingen |
| <input type="checkbox"/> Bepaalde houdingen of bewegingen | <input type="checkbox"/> Bepaalde stemmingen |
| <input type="checkbox"/> Anders, nl: | |

9. Waardoor kunt u zelf de pijn verlichten? (Behalve medicijnen in nemen?)

SYMPTOMEN

10. Belemmerde de pijn u de afgelopen week bij het
- | | | | | |
|---|------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| a. Inslapen | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| b. Doorslapen | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| c. Werd u de afgelopen week 's morgens wakker met pijn? | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |

11. Belemmerde de pijn u de afgelopen week
- | | | | | |
|--|------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| a. Bij normale houding en beweging | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| b. Bij uw normale eetgewoonten | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| c. Bij normale bezigheden en/of werkzaamheden? | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| d. In contacten met anderen | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |

12. Was u de afgelopen week door uw pijn
- | | | | | |
|--------------------------|------------------------------|---------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------|
| a. gespannen | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| b. somber | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| c. zenuwachtig | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| d. boos | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| e. minder geconcentreerd | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| f. angstig | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| g. futloos | <input type="checkbox"/> nee | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |
| h. anders, nl..... | | <input type="checkbox"/> beetje | <input type="checkbox"/> tamelijk | <input type="checkbox"/> veel |

