

# Richtlijn pijn bij kwetsbare ouderen



<http://www.youtube.com/watch?v=oGOTBKUbELk&sns=em>

Yvonne G. van Ingen, specialist ouderengeneeskunde,  
consulent palliatieve zorg IKNL

# Kleine benchmark

- Aandachtsvelders pijn/-team
- Pijn(-meting) structureel in het zorgbehandelplan
- Inzet patiëntenfolder tips bij pijn
- Kost 't moeite artsen morfine voor te laten schrijven
- Worden psychologen / activiteitenbegeleiders paramedici gevraagd bij pijn?



# Programma

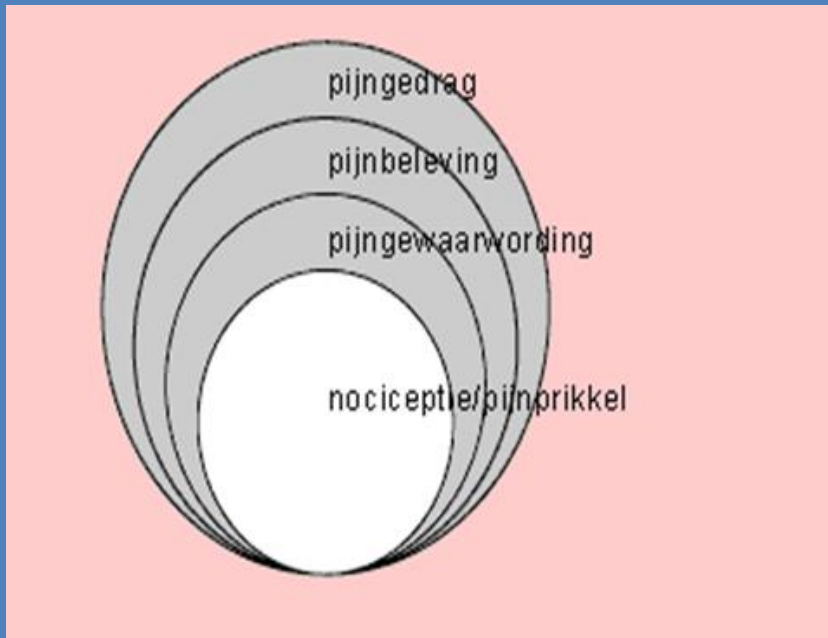
- **Richtlijn pijn bij kwetsbare ouderen**
- Casuïstiek; valkuilen in de dagelijkse praktijk
- Mee naar huis

# Richtlijn pijn bij kwetsbare ouderen



- Van alle 70-plussers ervaart **40-50%** zoveel pijn dat het interfereert met het dagelijkse leven

# Pijn = wat de patiënt zegt dat het is



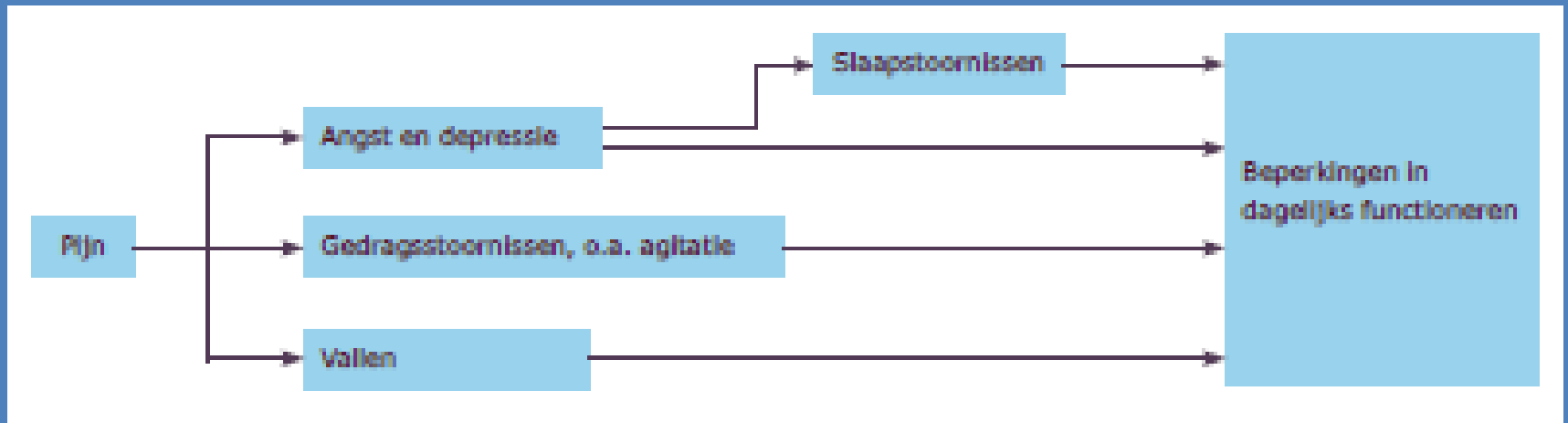
Stellingen over pijn	Jouw antwoord zou kunnen zijn (maar zeg het in je eigen woorden)
Praten over pijn is zeuren.	Praten over pijn is belangrijk omdat er dan iets aan gedaan kan worden.
Ik heb al zoveel klachten en problemen, dan vertel ik maar niet over de pijn.	Vertel wel over de pijn. Dat kan ook helpen bij het behandelen van de lichamelijke klachten.
Als je hebben het al zo druk, dan is mijn pijn niet belangrijk.	Pijn is altijd belangrijk. Vertel wel over de pijn.
Als je oud bent, gaat pijn nooit over. Of pijn moet je accepteren.	Pijn kan verminderen of verdwijnen door het te behandelen.
Pijn betekent een ernstige ziekte.	Vaak zijn er andere oorzaken. Dat moet dus uitgezocht worden. Mocht er wel een ernstige ziekte zijn, dan moet die net zoals de pijn goed behandeld worden.
Bij chronische pijn zijn altijd sterkere pijnstillers dan paracetamol nodig.	Paracetamol kan soms goed helpen bij chronische pijn. Belangrijk is wel dat u de juiste hoeveelheid op het goede moment inneemt. Bespreek met de arts wat bij u goed zou kunnen werken.
De dokter heeft gezegd dat ik verschillende keren per dag een pijnstiller moet nemen. Maar ik bewaar de pijnstillers voor als de pijn echt heel erg is.	U kunt juist voorkomen dat u erge pijn heeft door de voorgeschreven pijnstillers op de juiste momenten volgens schema in te nemen. Wacht u niet tot u pijn voelt maar voorkom het.
Pijnstillers zijn verslavend.	De kans op verslaving bij pijnstillers is heel klein.
Pijnstillers geven ernstige bijwerkingen.	Sommige pijnstillers geven bijwerkingen, maar daar is vaak wat aan te doen. De arts kan ook een andere pijnstiller geven.
Door pijnstillers kan je minder goed denken of bewegen.	Door pijn te verlichten kunt u vaak beter bewegen. Je hoeft niet suf te worden van pijnstillers.
Ik moet al zoveel verschillende medicijnen slikken, dan vergiftig ik mezelf.	Dat is niet zo. De arts overlegt zo nodig met de apotheker over de meest geschikte combinatie van medicijnen.
Oudere mensen begrijpen toch niet hoe pijn is.	Pijn is heel vervelend voor iedereen.

zeuren

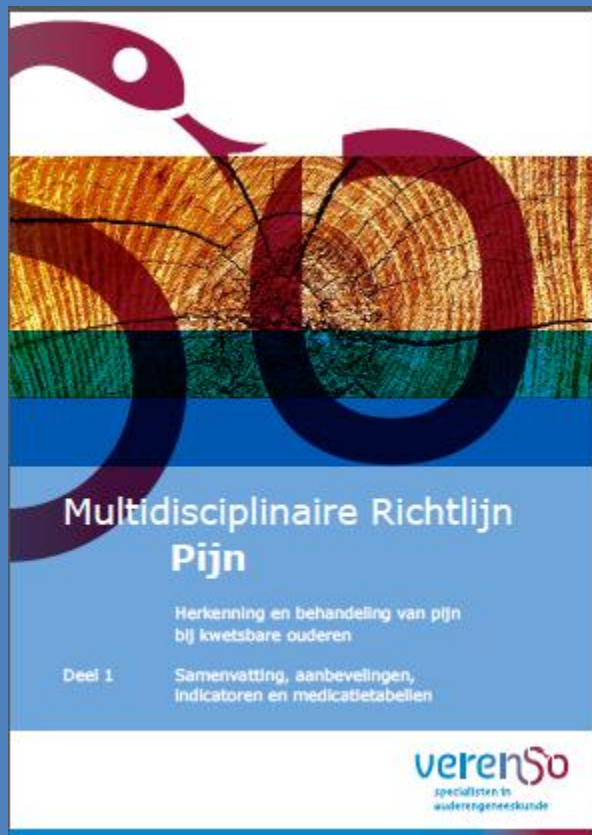
accepteren

vergiftig ik mezelf

# In de richtlijn pijn



# Richtlijn pijn bij kwetsbare ouderen



- Zelfrapportage
- (Hetero-)Anamnese
- Observatie
- Bepalen gevolgen van pijn
- LO en vaststellen oorzaak van de pijn
- **‘Multidisciplinair en multidimensioneel behandelen’**



# Non-farmacologisch

- Belangrijk, gezien polyfarmacie

Weinig evidence

Voorbeelden: yoga?

<http://www.youtube.com/watch?v=JypNQOr9Rac>

<http://www.youtube.com/watch?v=t7VlgNeqChg&feature=youtu.be>



-

# Farmacologisch



- Aangepaste WHO ladder
- Start low, go slow (geldt niet voor paracetamol)
- Timing
- Around the clock, én zo nodig
- Oraal voorkeursroute
- Placebo onethisch

# Farmacologisch

- Paracetamol
  - max 4 gr/24 uur
  - chronisch max 3 gr/24 uur
  - 3 EH alcohol/dag max 2 gr
- **Geen codeïne**
- **Tramadol beperkt**
- NSAID's Non-Steroid-Anti-Inflammatory Drug's
  - Terughoudend:  
hartfalen, nierfunctie (bijw monitoren) & ulcuslijden
  - Geen ibuprofen bij ascal, carbasalaat Ca
  - Maagbescherming toevoegen bij: corticosteroiden, ascal orale anticoagulantia, clopidogrel en SSRI
  - Pas op polyfarmacie

# Farmacologischvervolg MORFINE

## Richtlijn pijn bij kwetsbare ouderen

- *Bij mijn moeder(90) is het droevig gegaan. Ze was ziek en helemaal op door pijnen die eigenlijk niet weggenomen konden worden...*
- *In het ziekenhuis kreeg ze een pompje met morfine. Mijn broer was daar fel tegen, fel tegen die hele morfine...(F. Defesche Voltooid leven in NL pag 110)*

- Angst voor morfine
- Folder Feiten & fabels morfine
- Vaste pijnstilling en zn
- Oxynorm en oxycontin 2 x zo sterk
- Fentanylpleister werkt na 8-12 hr
- Bijwerkingen
  - tijdelijk: misselijk-& verwardheid
  - blijvend: obstipatie
- Opioïdrotatie

# Omreken tabel opioïden

**Tabel 5e - Omreken tabel opioïdrotatie (a)**

Morfine oraal (mg/24 uur)	Morfine s.c./i.v. (mg/24 uur)	Fentanyl pleister (µg/uur)	Oxycodon oraal (mg/24 uur)	Oxycodon s.c./i.v. (mg/24 uur)	Hydromorfon oraal (mg/24 uur)	Tramadol oraal mg/24 uur	Buprenorfine pleister (µg/ uur)
30	10	12	15	7,5	4(b)	150	17,5(c)
60	20	25	30	15	8	300	35
120	40	50	60	30	16	-(d)	70

**Vervolg – Tabel 5e**

Morfine oraal (mg/24 uur)	Morfine s.c./i.v. (mg/24 uur)	Fentanyl pleister (µg/uur)	Oxycodon oraal (mg/24 uur)	Oxycodon s.c./i.v. (mg/24 uur)	Hydromorfon oraal (mg/24 uur)	Tramadol oraal (mg/24 uur)	Buprenorfine pleister (µg/ uur)
180	60	75	90	45	24	-	105
240	80	100	120	60	32	-	140
360	120	150	180	90	48	-	-(e)
480	160	200	240	120	64	-	-

Bron: De Graeff et al 2010

- 26 B-2018
- a Bij het overgaan van het ene opioïd naar het andere (opioïdrotatie) vanwege bijwerkingen wordt geadviseerd om 75% van de equianalgetische dosis te geven.
- b deze dosering kan in de praktijk niet gegeven worden omdat de laagste dagdosering

# Kwaliteitsindicatoren

**Geselecteerde indicatoren voor goede signalering en behandeling van pijn bij kwetsbare ouderen (zie deel 2, hoofdstuk 7)**

## **Structuurindicatoren**

1. Binnen de instelling wordt bij elke kwetsbare oudere tijdens de dagelijkse zorg nagegaan of deze last heeft van pijn (ja/nee).
2. De instelling/behandelend arts gebruikt pijnmeetinstrumenten – een verbale en/of numerieke beoordelingschaal – voor het bepalen van de ernst van de pijn bij patiënten zonder of met mild tot matige cognitieve/communicatieve beperking (ja/nee).
3. De instelling/behandelend arts gebruikt pijnobservatieschalen voor patiënten met matige tot ernstige cognitieve/communicatieve beperkingen bij de diagnostiek van pijn (ja/nee).

## **Procesindicatoren:**

4. Percentage patiënten met pijn en met opioïden behandeld die laxantia voorgeschreven hebben gekregen (streefwaarde: 100%).
5. Percentage patiënten met pijn bij wie de dagelijkse dosering van 2,5 gram paracetamol in geval van chronisch gebruik is overschreden (streefwaarde: 0%).
6. Percentage patiënten met pijn die klassieke NSAID's hebben gekregen en bij wie een protonpompremmer of misoprostol is voor-


## **Uitkomstindicator:**

7. Aantal patiënten dat aangeeft pijn te hebben en waarvoor een behandelplan is opgesteld (geen streefwaarde).
8. Aantal patiënten dat bij evaluatie aangeeft pijn te hebben, maar hiervoor geen pijnstillende medicatie ontvangt terwijl zij dit wel willen (geen streefwaarde).
9. Percentage patiënten dat in de afgelopen zeven dagen heeft geklaagd over pijn en/of tekenen van pijn heeft vertoond (geen streefwaarde).
10. Percentage patiënten met langdurig hevige pijn in de afgelopen drie maanden (geen streefwaarde).
11. Percentage patiënten zonder cognitieve/communicatieve beperkingen dat (zeer) tevreden is over de pijnstilling in het afgelopen jaar. (streefwaarde: 90%). Deze indicator vervangt de eerdere Arcares Indicator (2004): aantal patiënten met tekort schietende pijnbestrijding.

# Programma

- Richtlijn pijn bij kwetsbare ouderen
- **Casuïstiek; valkuilen dagelijkse praktijk**
- Mee naar huis

# Valkuilen dagelijkse praktijk

- Bij een demente dame die achteruitgaat en haar pijnmedicatie wisselend slecht inneemt:
- Paracetamol over van oraal  rectaal
- “Nog geen vleugelnaaldje omdat het voor de familie dan mogelijk zo snel gaat”.



# Valkuilen dagelijkse praktijk

- Mw. slaapt zo slecht en ... heeft temazepam z.n. en oxynorm z.n.
- Temazepam helpt niet, ... oxynorm wordt niet gegeven.
- De pijn is de oorzaak van de slechte slaap en met pijnstilling slaapt zij goed.

# Take home

- Pijn herkennen lastig en belangrijk
- Behandeling
  - Multidimensioneel: niet alleen medicijn
  - Multidisciplinair
- <http://www.youtube.com/watch?v=JypNQOr9Rac>

# “De zorg is geen parkeerplaats langs de snelweg” Anita Witzier

...



- ...Kom uit je schulp
- en claim die aandacht!”
- En betrek naasten bij de zorg

# Nieuwe media Twitter en App's

- **Dsps ([@Dspsapp](#))** [05-12-12 23:32](#)
- [@NPouderen](#) wij hebben vijf gedragspecialisten en trots dat ze zijn. Terecht direct collegiale steun bij gedragsproblemen effectief