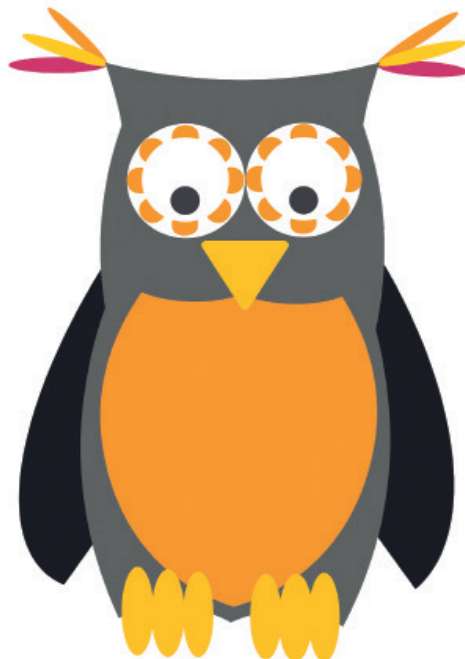


INFOBROCHURE

ANGST- EN PIJNREDUCTIE BIJ PROCEDURELE PIJN TER COMFORT VAN HET KIND



Beste ouder(s)

Een bezoek aan de (kinder)arts of aan het ziekenhuis is steeds weer een stresserende gebeurtenis, ook voor uw kind.

Schrik voor het onbekende en herinneringen of negatieve ervaringen uit het verleden geven aanleiding tot angst. Angst geeft op zijn beurt meer pijnbeleving.

Als baby- en kindvriendelijk ziekenhuis streven we naar maximale angst- en pijnbestrijding.

Allereerst willen we door gerichte informatie bekomen dat u en uw kind beter op de hoogte zijn van wat er zal gebeuren.

Er zijn verschillende informatiefolders ter beschikking over tal van onderzoeken en wij beantwoorden graag al uw vragen.

Daarnaast beschikken wij over verschillende mogelijkheden om pijn bij bepaalde onderzoeken en/of behandelingen te verminderen.

In deze folder willen wij u graag informeren over de verschillende mogelijkheden die we hiervoor ter beschikking hebben.

Samen kunnen we dan bepalen welke van de verschillende mogelijkheden bij uw kind het meest geschikt is om de pijnbeleving tot het minimum te beperken.

Wanneer u na het lezen van deze brochure nog vragen heeft neemt u gerust contact met ons op.

Contactgegevens kinderartsen

Raadpleging van maandag tot vrijdag: tel. 03 760 76 15.

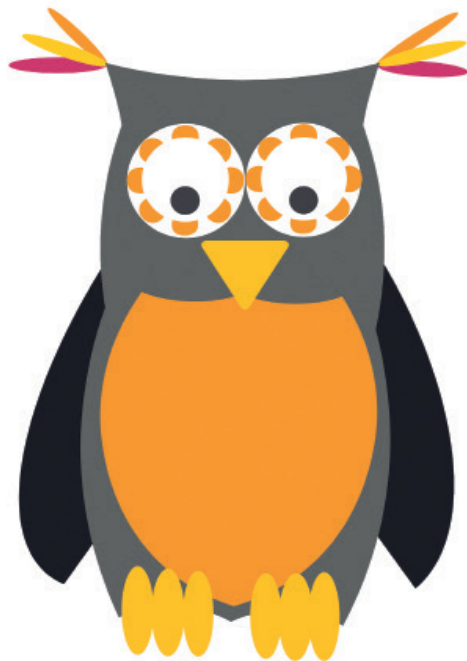
Ouders kunnen contact opnemen met Prozaconsulente Sofie Van den Bossche voor vragen en/of begeleiding via tel. 03 760 77 37 of e-mail sofie.vandenbossche@vitaz.be.

Dag vriendje,

Ik ben uil Yoehoe, welkom bij de kinderdokter, welkom in ons ziekenhuis. Ik wil jou graag vertellen hoe we het ziekenhuis een beetje leuker kunnen maken.

Ik wil jou vertellen wat er allemaal gebeurt in ons ziekenhuis en bij de dokter, zodat je helemaal niet bang hoeft te zijn.

Weet je dat we in het ziekenhuis veel trucjes kennen om ervoor te zorgen dat het allemaal wel mee zal vallen? Ik verklap jou alle trucjes in dit boekje!



Aanwezigheid van een vertrouwenspersoon

Leeftijdscategorie?

Geldt voor alle leeftijden.

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle onderzoeken/behandelingen.

Wat?

De aanwezigheid van een vertrouwenspersoon is het allerbelangrijkste om een kind gerust te stellen. De stem van mama of papa kan rust en afleiding brengen. Ook de geur van mama of papa werkt pijnstillend!

Tips voor de ouders:

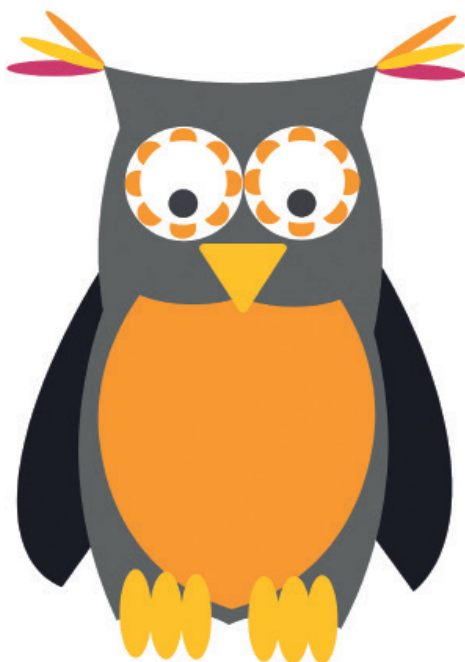
Zorg ervoor dat er steeds iemand aanwezig is bij uw kind, zeker op momenten dat uw kind een (pijnlijk) onderzoek of behandeling moet ondergaan.

Maak, indien mogelijk, afspraken met de arts of het verpleegkundig team.

Probeer angst en twijfelgevoelens bij uzelf te onderdrukken en straal vertrouwen uit.

Geef eerlijke informatie aan uw kind.

Dag vriendje,
Het belangrijkste is dat er iemand bij je mag blijven die je goed kent:
je mama of je papa of misschien iemand anders die al groot is.
Iemand die op je kan passen en voor je kan zorgen!



Afleiding

Leeftijdscategorie?

Geldt voor alle leeftijden.

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle onderzoeken/behandelingen.

Wat?

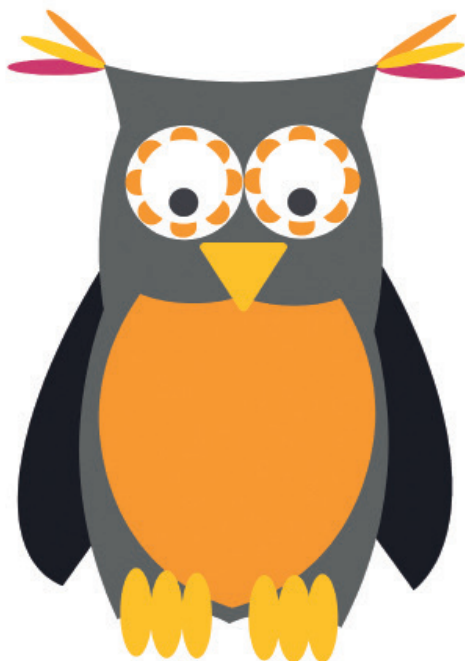
Een speeltje, een knuffel, een kusje, een verhaaltje, een boekje, een filmpje ...
Alles wat uw kind graag heeft of graag doet kan voor afleiding zorgen.

Tips voor de ouders:

Breng het lievelingsspeelgoed mee. Neem een actieve rol aan bij de afleiding: u kan samen bellenblazen, in een balletje knijpen, een spelletje spelen op de tablet, kleuren of tekenen, (ver)tellen, samen een liedje zingen. U kan ook gewoon een filmpje afspelen op de tablet of smartphone.

Dag vriendje,

- Laat horen of je al kan tellen.
- Kun je al goed blazen zoals de wind? Laat de molen maar draaien ...
- Misschien kan je dromen dat je zo sterk bent als je superheld... Vertel eens hoe sterk die wel is.
- Heb je graag een knijpballetje om in te knijpen? Oefen alvast je spierballen!
- Kijk je liever even een film om weg te dromen of luister je graag naar een liedje?
- Vertel maar aan de verpleegkundige en dokter welke truc je zelf hebt gekozen om je te helpen terwijl zij hun werk doen.



Comforttalk

Leeftijdscategorie?

Geldt voor alle leeftijden

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle onderzoeken/behandelingen.

Wat?

Het bewust inzetten van positief en herstelbevorderend taalgebruik. Door uw taalgebruik aan te passen en bepaalde woorden als pijn, prikken, branden, stinken... te vermijden, zullen medische handelingen en ingrepen positiever verlopen.

Tips voor ouders:

Als ouder is het erg belangrijk dat u uw negatieve gevoelens zoals angst tracht te onderdrukken voor uw kind. Kinderen kopiëren dit gedrag en dit versterkt hun angstgevoel. Bij ouders die hun kind met positieve woorden benaderen en geruststellen is de kans groter dat het kind rustiger is en bereidwilliger is om mee te werken.

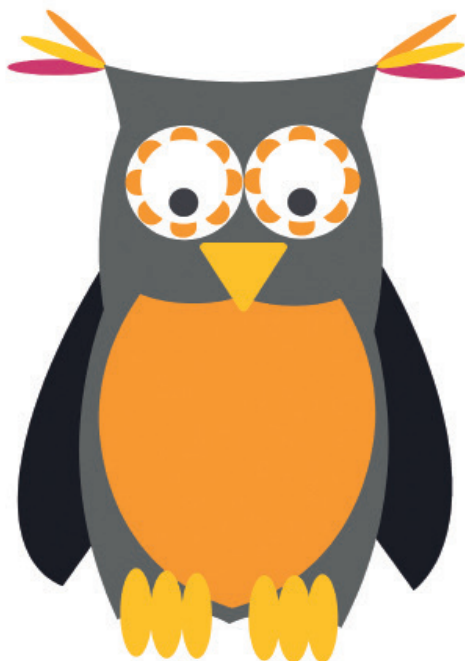
Afhankelijk van de leeftijd kan men de nodige correcte info geven aan het kind, ook dit kan helpen om oudere kinderen meer op hun gemak te stellen.

Dag vriendje,
We vertellen je wat er gaat gebeuren, maar jij kan ons hierbij zeker helpen. Wat voor ons soms heel gewoon is, voelt voor jou misschien een beetje vreemd.

Zie je dingen die je niet kent? Vraag dan aan de verpleegkundige wat het is, waarvoor het wordt gebruikt, hoe het zal voelen.

Vertel zelf ook hoe je je voelt, misschien kvoel je riebels in je buik omdat het allemaal nieuw is of misschien ben je heel bang omdat het voorheen niet vlot is verlopen.

Het is belangrijk voor de verpleegkundige dat ze dit weet, want pas dan kan ze je goed helpen.



Gebruik van Buzzy

Leeftijdscategorie?

Geldt voor alle leeftijden

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle inspuitingen met medicatie of voor vaccinatie.

Een bloedafname of het plaatsen van een infuus.

Wat?

De Buzzy is een klein insect (een honingbij of een lieveheersbeestje) met ijskoude vleugels. De verpleegkundige bevestigt de Buzzy op de huid in de buurt van de prikplaats en duwt dan op een knopje om de Buzzy te laten trillen.

Door de ijskoude vleugeltjes en de trillingen wordt de zenuwbaan tussen de hersenen en de plaats waar de pijnprikkel zal ontstaan onderbroken of omgeleid. Hierdoor zal het kind de pijn minder of niet meer voelen.

Tips voor ouders:

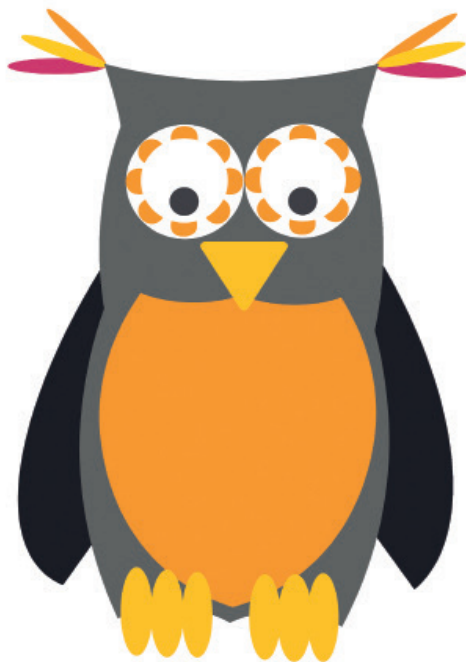
Bereidt uw kind maximaal voor. Geef informatie aangepast aan de leeftijd en het bevattingsvermogen. Maak gebruik van de richtlijnen met betrekking tot comforttalk (zie eerdere informatie op bladzijde 8).



Dag vriendje,

Dit is mijn vriendje Buzzy. Buzzy is een heel speciaal diertje. Hij heeft heel koude vleugeltjes, zo koud als ijs. Als je het graag wil, kan je hem een beetje laten trillen, dan druk je even op het knopje op zijn hoofd. Door zijn trillende lichaam en ijskoude vleugels zorgt hij ervoor dat je niet goed voelt wat de verpleegkundige zal doen. De verpleegkundige legt Buzzy op de juiste plaats.

Je mag Buzzy zelf vasthouden tot wanneer de verpleegkundige klaar is. Brrr ... dit voelt lekker fris. En het kriebelt zelfs een beetje.



Gebruik van VR-bril

Leeftijdscategorie?

Vanaf 5 jaar.

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle inspuitingen met medicatie of voor vaccinatie.

Alle bloedafnames, plaatsen van een infuus, ...

Wondzorg.

Wat?

Door het opzetten van de virtual reality-bril tijdens de handelingen zorgt men ervoor dat de kinderen afgeleid worden door hen te laten kijken naar een filmpje. De filmpjes duren niet erg lang en zijn zoveel mogelijk aangepast aan de leeftijd. De bril blijft op gedurende de hele behandeling.

Tips voor de ouders:

Bereidt uw kind maximaal voor. Geef informatie aangepast aan de leeftijd en het bevattingvermogen. Maak gebruik van de richtlijnen met betrekking tot comforttalk (zie eerdere informatie op bladzijde 8).

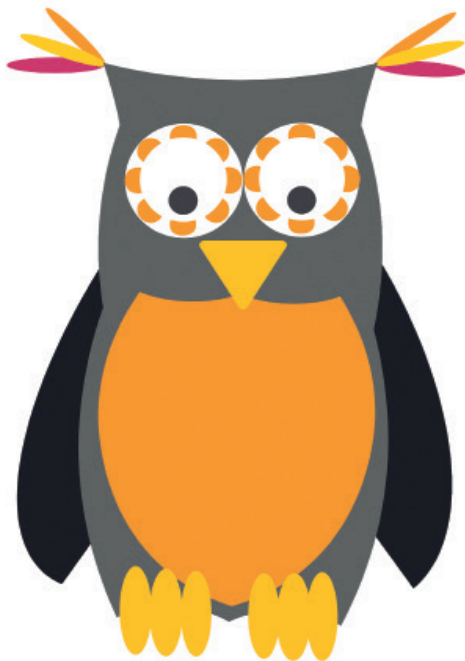


Dag vriendje,

Ken jij deze vreemde bril al en wil je deze graag eens uitproberen? Door deze bril kun je naar hele mooie filmpjes kijken, het voelt alsof je er zelf in zit.

Na het kiezen van je filmpje, plaatst de verpleegkundige de telefoon in de bril en zet het filmpje aan.

Terwijl jij kijkt naar de film kan de verpleegkundige de handeling uitvoeren. Als alles achter de rug is, zet je de bril terug af. Je wil vast meer van deze filmpjes bekijken ...



Gebruik van Babycalmine®

Leeftijdscategorie?

Voor baby's tot de leeftijd van 18 maanden.

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle pijnlijke onderzoeken/behandelingen.

Wat?

Babycalmine® is een suikeroplossing (Glucose 30%) die via de mond wordt toegediend. Door het aanbrengen van glucose op het puntje van de tong, voor de pijnlijke handeling, ontstaat er een smaakreflex die de afscheiding van endorfines stimuleert.

Endorfines zijn pijnstillende stoffen die door ons lichaam worden aangemaakt. Door de combinatie met zuigen werken deze stoffen erg efficiënt om pijn te verminderen.

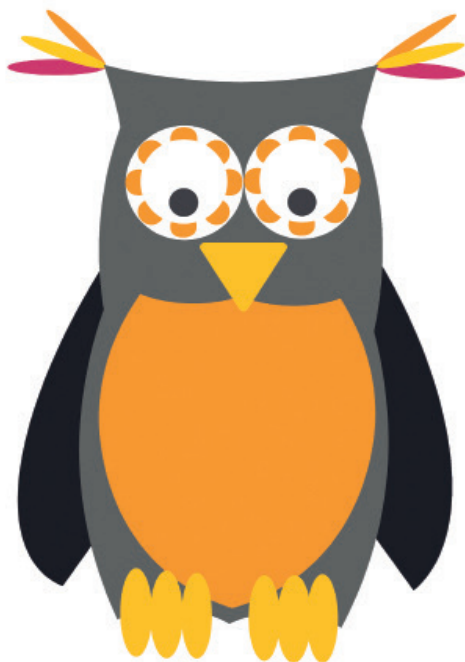
Tips voor de ouders:

Babycalmine® kan soms vervangen worden door het laten drinken aan de fles of de borst tijdens de procedure.

Bij het gebruik van Babycalmine® laat je het kind best zuigen op een fopspen.



Dag vriendje,
Dit hulpmiddeltje is voor kleine baby's.
Voor dit drankje ben jij al veel te groot geworden!



Gebruik van verdovende zalven of pleisters

Leeftijdscategorie?

Emla® voor alle leeftijden. Rapydan® vanaf 3 jaar.

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle pijnlijke onderzoeken/behandelingen waarbij de huid doorprikt wordt (b.v. het plaatsen van een infuus, een bloedafname).

Wat?

Er zijn 2 verschillende producten beschikbaar. Afhankelijk van de leeftijd van het kind en de dringendheid van de situatie kiest de verpleegkundige welk product gebruikt zal worden.

De crème of de pleister wordt gekleefd op de huid, daar waar de behandeling gebeurt. Het product moet een bepaalde tijd op de huid inwerken. Het is belangrijk dat het product goed aansluit en dat de pleister of het verband goed afgesloten is.

Rapydan® is een pleister die minimum een half uur, liefst 1 uur, moet kleven. Er mogen maximaal 2 klevers tegelijkertijd gebruikt worden. De klever warmt op tijdens de inwerking op de huid, maar dit zal nooit hinderlijk of pijnlijk zijn. Soms is het wel even schrikken als het kind dit niet verwacht.

Emla® is een zalf of een pleister, die minimum 1 uur, liefst 1,5 uur ter plaatse moet blijven. De crème kan op verschillende plaatsen op de huid aangebracht worden en moet afgedekt worden met (huishoudelijk) plasticfolie. Emla-crème® geniet de voorkeur als voorbereiding op het verwijderen van waterwratjes, omdat deze meestal heel verspreidt over gans het lichaam voorkomen. Na het verwijderen van de crème of de klever blijft de verdovende werking nog 2 uur aanhouden.

Tips voor de ouders:

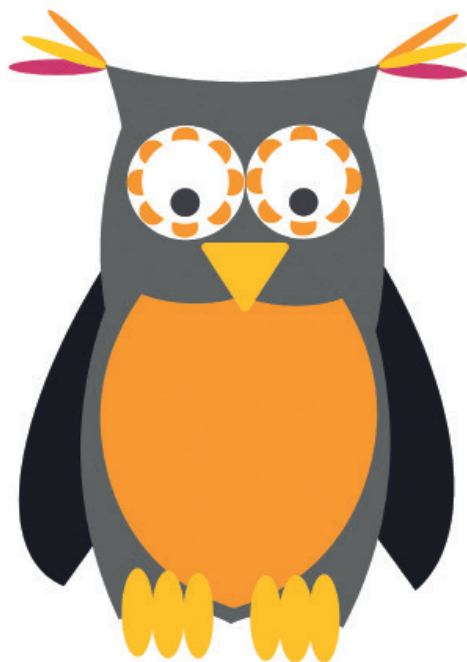
Bereidt uw kind maximaal voor. Geef informatie aangepast aan de leeftijd en het bevattingsvermogen. Maak gebruik van de richtlijnen met betrekking tot comfortalk (zie eerdere informatie op bladzijde 8). Denk eraan om zeker tijdig een voorschrift te vragen aan de arts. Vraag hierbij ook zeker na waar precies de pleister of zalf aangebracht dient te worden. Dit kan eventueel ook via mail: kindergeneeskunde@vitaz.be.

Op internet/ YouTube staan enkele leuke filmpjes: Hoe plak ik Emla?

<https://www.youtube.com/watch?v=IFvR8XXDL0E>



Dag vriendje,
heb je ooit al eens gehoord van toverzalf? Neen? Dan zal ik je even een geheim vertellen! Er bestaat een zalfje dat ervoor zorgt dat je minder kan voelen, soms voel je het nog een beetje warm worden.
De verpleegkundige brengt deze toverzalf aan op je huid. Soms gebruikt ze ook een pleister waar de zalf al in zit. Als de zalf of de pleister een tijdje op je huid zit, dan wordt je huid verdoofd.
Als de zalf lang genoeg op je huid zit, mag jij of je mama/papa of de verpleegkundige de pleister verwijderen.
Als je huid verdoofd is, kan de verpleegkundige de handelingen uitvoeren zonder dat je er iets van voelt!



Gebruik van Kalinox®

Leeftijdscategorie?

Geldt voor alle leeftijden.

Welke onderzoeken/behandelingen?

Alle onderzoeken/behandelingen.

Wat?

Kalinox® is een mengeling van zuurstof en lachgas dat via een masker wordt toegediend tijdens een pijnlijke handeling. Door de inhalatie van het gas komt het kind in een ontspannen toestand terecht en zal de handeling vlotter kunnen gebeuren. Het kind kan wel kortstondig reageren op de pijnprikkel, maar door dit specifieke gasmengsel ontstaat er een soort van amnesie, wat betekent dat het kind zich nauwelijks iets van deze negatieve ervaring zal herinneren. Het kind blijft wel bij bewustzijn en valt niet in slaap. De meeste kindjes kijken een filmpje of vertellen gedurende de behandeling. Het gas kan ook worden gebruikt in combinatie met Rapydan® of Emla® om een optimaal effect te bekomen.

Tips voor de ouders:

Bereid je kind maximaal voor. Geef informatie aangepast aan de leeftijd en het bevattingsvermogen. Maak gebruik van de richtlijnen met betrekking tot comforttalk (zie eerdere informatie op bladzijde 8).



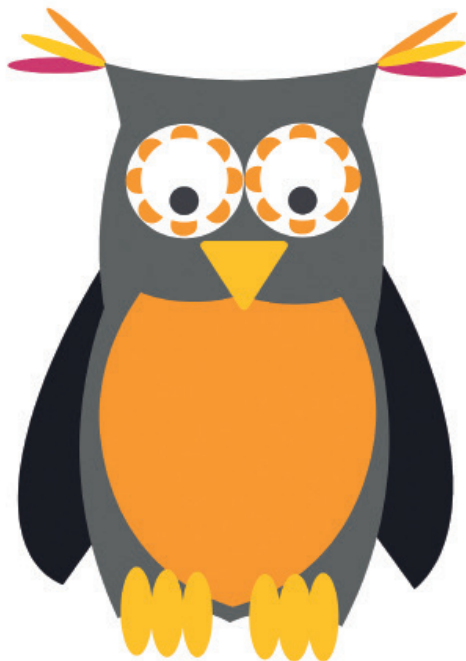
Dag vriendje,

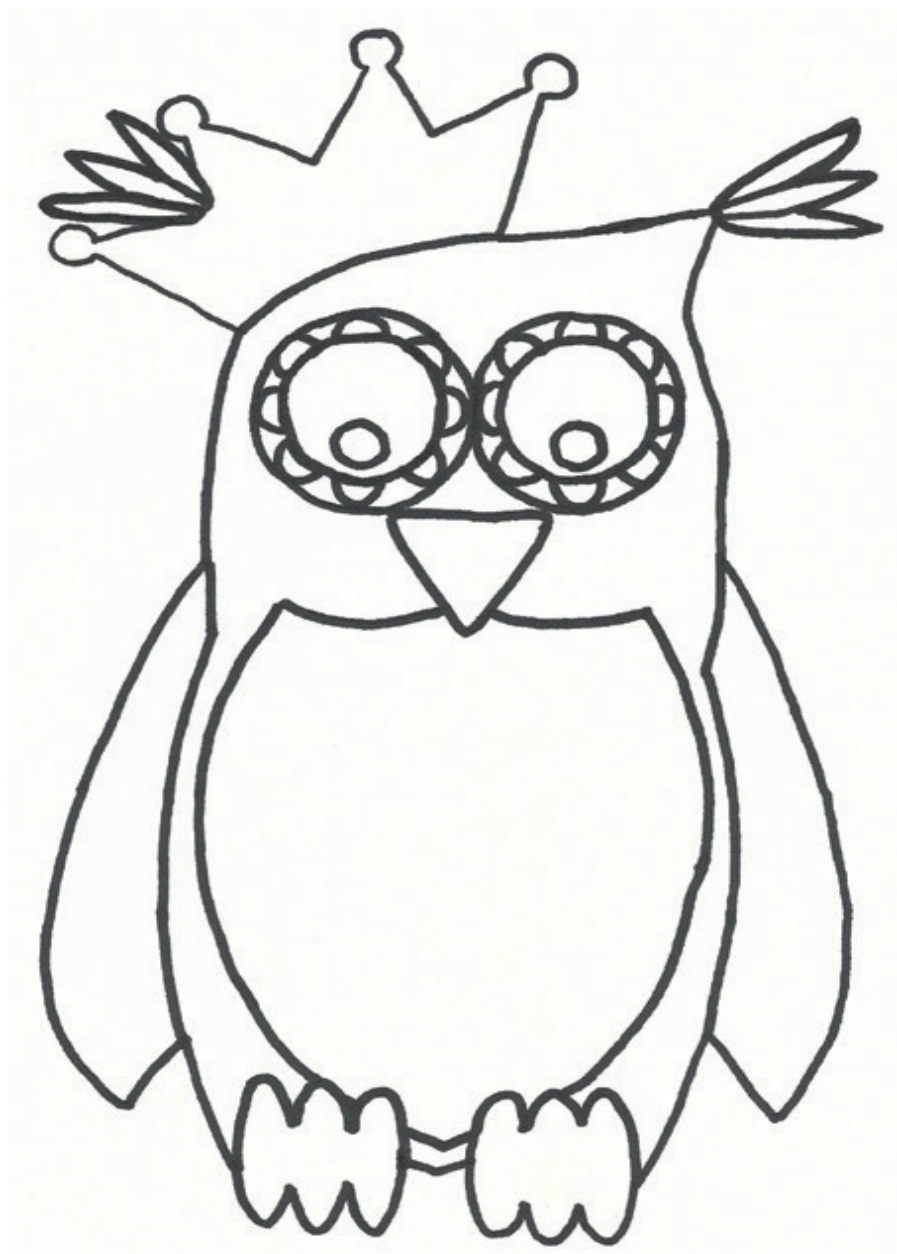
Heb je al eens gehoord van een droomgas? Neen? Dan zal ik je opnieuw een geheim vertellen!

Er bestaat een gas dat je kan inademen waarvan je kan dagdromen. In je dagdromen kan je op reis gaan, leuke dingen beleven.

De verpleegkundige zet een speciaal maskertje op je mond. Hiermee moet je een grote groene ballon opblazen. Je moet daarvoor niet echt veel moeite doen, het gaat helemaal vanzelf als je het maskertje goed op je mond laat zitten. Vanuit de ballon komt het droomgas in je lichaam en daardoor wordt je vrolijk en soms ook een beetje duizelig.

Terwijl je rustig door het masker ademt, mag je kijken naar je favoriete film of een verhaaltje vertellen, liedjes zingen, of nog iets anders wat je graag doet.









Kinderafdeling
Campus Sint-Niklaas - L. De Meesterstraat
L. De Meesterstraat 5
9100 Sint-Niklaas
tel. 03 760 22 90

VITAZ vzw

Verantwoordelijke uitgever:

Moerlandstraat 1 | 9100 Sint-Niklaas | +32 (0)3 760 60 60 | www.vitaz.be | info@vitaz.be
BE 0881.291.322 | RPR Gent

art. 17266 | v1 | 06.04.2022