

1001 Kritieke Dagen



In het kort

Pijn

Pijn is een belangrijke stressor die invloed heeft op de gezondheid en de ontwikkeling. De beste manier om te weten of er sprake is van pijn, is door het te vragen. De uitdaging echter bij baby's en jonge kinderen is dat zij zich niet verbaal over de pijnbeleving kunnen uiten, dat de beleving van pijn vaak anders is en dat verschillende factoren, zoals cognitieve beperking en ontwikkelingsachterstand de mogelijkheid om pijnbeleving correct te uiten kan beïnvloeden.

Het belang van een juiste inschatting van de pijnbeleving bij baby's en jonge kinderen is groot. Zeker bij kinderen die herhaaldelijk of langdurig acute pijn ervaren. Zij lopen een verhoogd risico op medische traumatische stress, een toename van de intensiteit in de reactie op een pijn prikkel en het ontwikkelen van chronische pijn.

Premature of zieke baby's in het ziekenhuis ervaren dagelijks gemiddeld 14 pijnlijke procedures. Zeker bij deze hele jonge kinderen is het effect hiervan op de (prille) breinontwikkeling groot, en daarmee het risico van negatieve lange termijn effecten op cognitief, sociaal, gedragsmatig, gebied en op de algehele gezondheid verhoogd.

Bij het bepalen van de pijnbeleving is het bij baby's en jonge kinderen extra belangrijk om op de signalen van de baby te letten, zoals de gezichtsexpressie, de intensiteit in beweging van armen en benen, of de gehele beweging en houding van het lichaam. Daarnaast kunnen fysiologische metingen worden meegenomen, zoals bloeddruk, hartritme en de snelheid van ademen en de mate van zuurstofsaturatie (zuurstof in het bloed). Deze signalen kunnen helpen bij het bepalen van de pijn van de baby of het jonge kind. Daarnaast is het observeren van gedrag belangrijk, zoals het zichzelf afleiden of juist veel slapen in reactie op pijn.

Het is belangrijk om bij het lezen van de fysiologische en gedragssignalen de visie van de ouder mee te nemen, die het kind goed kent en die beter onderscheid kan maken tussen ander ongemak (honger, kou, verdriet) en signalen van pijn. Uit onderzoek blijkt dat de meting van de pijnbeleving accurater is als de visie van ouders wordt betrokken. Het is ook belangrijk om metingen van pijnbeleving herhaaldelijk te doen, om een genuanceerd beeld te krijgen.

De reactie van de baby en het jonge kind op pijn is mede afhankelijk van diens voorgaande reacties op pijnprikkels. Baby's en jonge kinderen leren pijn te ervaren, te hanteren en zich te uiten, door de reactie ouders en belangrijke verzorgers te observeren. Als zij afwijzend staan over het uiten van pijn (jongens huilen niet), dan past het jonge kind de reactie erop aan.

Objectieve metingen middels schalen (blij gezichtje – verdrietig gezichtje of kleuren) kan tot misverstanden leiden, omdat een kind dat zich blij voelt niet zonder pijn hoeft te zijn en kinderen bij kleuren soms hun lievelingskleur kunnen kiezen.

Het behandelen van pijn is belangrijk, omdat de ervaringen van baby's en jonge kinderen effect hebben op hun gezondheid en hun (hersenen)ontwikkeling. Behandelen kan door medicatie, maar andere manieren om pijn te helpen verminderen is het huid op huid contact, nabijheid, het inbakeren of de speen voor de regulerende werking van zuigen (zonder voeding). Zelfs een beetje normale suiker kan enorm effect hebben op het verminderen van de pijnbeleving.

Het is belangrijk om pijn goed te behandelen, omdat de huidige ervaringen op deze jonge leeftijd impact hebben op de breinontwikkeling en daarmee de kans op toename van ontvankelijkheid van pijn en het omgaan met pijn later. Daarnaast kan pijn interfereren met gezonde slaap en daarmee indirect met de sociale, emotionele en cognitieve ontwikkeling van het jonge kind.

Bevindingen

- Herhaaldelijke intense of chronische pijn heeft effect op de breinontwikkeling bij (premature) baby's en jonge kinderen en daarmee effect later op de cognitieve, sociale, emotionele ontwikkeling, de pijnbeleving en de algehele gezondheid
- Pijn interfereert met gezonde slaap en heeft daarmee ook indirect effect op de ontwikkeling en de gezondheid.
- Pijnbeleving en de meting ervan is anders bij baby's en jonge kinderen. Fysiologische maten, observaties en de communicatie hierover met de ouders die het kind goed kennen is belangrijk om mee te nemen in de beoordeling van de pijnbeleving.
- De pijnbeleving van het jonge kind is afhankelijk van de reactie op eerdere pijn prikkels.
- De reactie van ouders op de pijnbeleving van het jonge kind is mede bepalend of het kind kan rapporteren over eigen pijn.

Implicaties voor beleid en praktijk

- Het bevorderen van de communicatie en afstemming tussen zorgprofessionals en ouders is belangrijk om de pijnbeleving van de baby en het jonge kind goed te kunnen bepalen en de pijn te helpen hanteren. Psycho-educatie over pijnbeleving, geruststelling van de baby en het jonge kind en sensitief reageren op de pijnbeleving kan invloed hebben op de intensiteit van de pijnbeleving bij toekomstige pijnprikkels.
- Frequent intense en chronische pijn bij baby's en jonge kinderen heeft effect op lange termijn op de ontwikkeling en de gezondheid. Investeren in adequate meting van pijnbeleving en het behandelen van pijn is van belang om effecten op lange termijn te verminderen en de gezondheid en veerkracht te vergroten.