



PIJN OP EEN SCHAAL VAN 0 TOT 10

MB 2972

 Ziekenhuis
Oost-Limburg

Beste patiënt,

In het ZOL doen artsen en verpleegkundigen heel wat inspanningen om aandacht te besteden aan uw (eventuele) pijn en de bestrijding ervan. Hierbij leest u hoe dit gebeurt in de praktijk.

U bent, als patiënt, de enige die kan aangeven of u pijn heeft en hoe erg deze pijn is. Om uw (eventuele) pijn zo goed mogelijk te bestrijden, zal de arts of verpleegkundige u regelmatig vragen hoeveel pijn u heeft. Omdat het moeilijk is om duidelijk te maken hoeveel pijn u ervaart, kan het geven van een cijfer aan uw pijn u hiermee helpen.

Hoe geeft u pijn een cijfer?

U geeft als de verpleegkundige bij u langskomt een cijfer van 0 tot 10 aan uw (eventuele) pijn. 0 betekent geen pijn en 10 is de ergste pijn die u zich voor kunt stellen.

Geen pijn	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Ergst denkbare pijn
-----------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	---------------------

U kunt nooit een verkeerd cijfer geven. Het gaat immers om de pijn die u ervaart.

Enkele tips

1. Bij het geven van een pijncijfer kan het helpen om terug te denken aan pijn waar u eerder last van hebt gehad, zodat u deze kunt vergelijken met uw huidige pijn.
2. Als u op meerdere plaatsen pijn ervaart, dan gaat u uit van de pijn die u als ergste ervaart.
3. Heeft u alleen op specifieke momenten pijn, bijvoorbeeld bij het plassen, dan geeft u het cijfer voor de pijn op dat bewuste moment. Vergeet echter niet aan de verpleegkundige te vertellen dat het cijfer alleen voor dat bewuste moment geldt.

Verschillende keren per dag zal een verpleegkundige u vragen om een cijfer toe te kennen aan de pijn die u op dat moment ervaart.



Vragen

Wanneer u vragen heeft over uw pijn of pijnbestrijding kan u deze altijd bespreken met uw behandelende arts of verpleegkundige.

Heeft u over het geven van een pijncijfer nog vragen, stel deze dan gerust aan de verpleegkundige.



Campus Sint-Jan
Schiepse Bos 6
B 3600 Genk

Campus Sint-Barbara
Bessemerstraat 478
B 3620 Lanaken

Campus André Dumont
Stalenstraat 2
B 3600 Genk