

'EEN KIND DAT NIET GEHOORD WORDT, GAAT TEGENWERKEN'

Pijnpaspoort geeft patiëntjes houvast

Patiënten van het Wilhelmina Kinderziekenhuis kunnen in een boekje opschrijven hoe zij bejegend willen worden. Zo krijgen zij daarover zelf de regie.



Ik moet elke week geprikt worden. Het liefst wil ik dan dat mijn moeder naast mij zit en mijn hand vasthoudt en dat verder niemand iets tegen mij zegt', onthult Yuri (13 jaar) in het Pijnpaspoort van het Wilhelmina Kinderziekenhuis (WKZ) in Utrecht. Met de woorden van Yuri maken de ontwerpers van het boekje, het Pijnpaspoort, andere kinderen duidelijk waarvoor zij het ook zelf kunnen gebruiken: om erin op te schrijven hoe zij medische handelingen willen ondergaan. 'Zo wil ik het!', staat niet voor niets met uitroepeteken op de kaft: als het paspoort is ingevuld, weten artsen en verpleegkundigen precies hoe Remco geprikt wil worden. Hoe bij Ahmed een sonde moet worden ingebracht of een echo gemaakt. En hoe Sabine geholpen wil worden als zij na de operatie wakker wordt.

Haalbaar ritueel

Het Pijnpaspoort bestaat sinds 2006, en kreeg in dat jaar de tweede prijs van de Medisch Contact Communicatieprijs. 'Het idee achter het paspoort is dat er naar kinderen wordt geluisterd', zegt Dorothée van Noordenburg, teamleider van de afdeling Pedagogische Zorg van het WKZ, de afdeling die destijds het initiatief nam tot het paspoort. 'Er staat bijvoorbeeld in dat een prik op deze plek altijd misgaat en dáár altijd goed. Dat er eerst tot vijf geteld moet worden vóór het infuus wordt geprikt. Dat het kind wil worden afgeleid, zodat het niet weet dat de prik eraan komt.' Zij lacht: 'In dat laatste geval heb je als ouder of begeleider wel wat uit te leggen. Artsen hebben net geleerd dat zij altijd moeten vertellen wat zij gaan doen: "Nu komt het prikje!" Maar dat wil dit kind dus juist niet!' Niet elke wens wordt gehonoreerd, erkent Van Noordenburg: 'Een kind dat altijd op een rode stoel geprikt wil worden. Of wil dat de arts tot honderd telt. Dat kan natuurlijk niet. We leggen dat uit, en vragen meteen: wat helpt je dan wel? Daarmee komt het gesprek op gang, en meestal vinden we een ritueel dat wél haalbaar is.' Een belangrijk voordeel van het paspoort is dat het kind, mét de ouders, over zijn wensen kan nadenken voordat het

daadwerkelijk in het ziekenhuis komt. 'Wij horen vaak van ouders dat zij er nooit eerder met hun kind over hadden gesproken. Zelf dachten ze: laat het maar snel gebeuren, dan is het maar klaar. Maar hun kind bleek er anders over te denken. Als professionals daarnaar luisteren en handelen, is dat fijner voor het kind en de ouders. Het is ook prettiger voor henzelf, want een kind dat niet gehoord wordt en bang is, gaat tegenwerken. Dat kost tijd.'

Afleiding

Waar het paspoort toe dient, zegt Van Noordenburg, is kinderen zoveel mogelijk zélf de regie te geven over hun verblijf in het ziekenhuis: 'Voorspelbaarheid is daarbij cruciaal. Het is zaak om kinderen goed voor te bereiden en te begeleiden, zodat zij zich kunnen instellen op wat er gaat gebeuren. En zéker bij kinderen is ook niet-medicamenteuze pijnbestrijding belangrijk, zoals afleiding en ontspanning.' Zij brengt een meisje van 17 in herinnering, dat net een scolioseoperatie achter de rug had en nog een aantal 'pijnlijke stappen' moest zetten. 'Bij het idee alleen al begon zij te hyperventileren. Niet de pijn was het probleem, maar de angst voor pijn. Terwijl ik met haar praatte over dagelijkse dingen, verdween de spanning. Bewust ingezet, is afleiding een krachtig middel. Iedere arts, iedere verpleegkundige kan het gebruiken.' Caroline Jonkman, zelfstandig pijnverpleegkundige, is deze middag even terug in het WKZ, haar vroegere werkplek. Dapper, want uitgerekend nu is zij haar stem kwijt. 'Bij jonge kinderen', zegt zij fluisterend, 'moet je vooraf afspreken wie voor die afleiding zorgt, de verpleegkundige of de ouder. En degene die afleidt moet vervolgens niet anders doen dan dát. Leest zij een boek voor, dan is zij met niets anders bezig, en betreft zij het kind bij het verhaal door vragen als "Wat zie je?", of "Waar is de rode tractor?" De ander kan dan alle aandacht geven aan de medische handeling.' Van Noordenburg vult aan: 'Soms is de ouder het bangst, en brengt die de angst over op het kind. Dan heb je een extra begeleider nodig, die de ouder ondersteunt in diens ouderrol.'



Prik-app

'Vroeger mocht het kind tellen en "au" zeggen, maar dat was het wel', weet de Zwolse kinderarts en neonatoloog Richard van Lingen, die samenwerkt met Van Noordenburg en Jonkman in de Stichting Kind & Pijn. 'Inmiddels hebben we veel meer middelen om pijn te verzachten of weg te nemen, zoals het gebruik van Emla-crème, een pijnstillende zalf.' In de niet-farmacologische sfeer kunnen de sociale media verbetering brengen, verwacht Van Lingen. In het WKZ bestaat al een 'prik-app' om kinderen voor te bereiden op een bloedafname; een app voor patiënten met scoliose is in de maak. Maar er kan méér: in een ziekenhuis in Toronto, Canada, krijgen kinderen met kanker een mobieltje, waarmee zij contact hebben met het *Pain Squad*, een virtueel 'pijnteam' van populaire acteurs uit Canadese politerieseries, dat de kinderen uitdaagt om mee te helpen in de strijd tegen pijn. Spelenderwijs laten de kinderen hun tv-helden weten hoeveel pijn zij zelf hebben – met betere pijnbestrijding als resultaat. 'Misschien iets voor de acteurs van GTST', oppert Van Lingen.

Niet alleen in het WKZ, ook in tal van andere ziekenhuizen wordt het Pijnpaspoort tien jaar na de introductie nog volop gebruikt. Van Noordenburg: 'Destijds hoopten wij dat de attitude van de professionals zó zou veranderen, dat het op den duur niet meer nodig zou zijn. Dat is voorlopig nog een utopie, al zijn we een flink eind op weg.' ■

contact

joostvisser50@casema.nl
cc: redactie@medischcontact.nl