

# Pijndagboek bij iontoforese- behandeling











## Pijndagboek

Pijn kan niet met een apparaat worden gemeten. U kunt alleen zelf aangeven of en hoeveel pijn u ervaart. Het kan moeilijk zijn om in woorden aan te geven of u minder pijn hebt na een behandeling met iontoforese pleisters of hoeveel de pijn is afgenomen. Het helpt patiënten met chronische pijn om de pijn die ze voelen uit te drukken in een cijfer. Daarbij geeft u de pijn die u voelt op het moment dat u meet een cijfer van 0 tot 10. Hierbij betekent **0 géén pijn**, en is **10 de ergste pijn** die u zich kunt voorstellen. Het gaat erom hoe u de pijn zélf ervaart, een fout antwoord is dus niet mogelijk.











geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn

Pijn uitdrukken in een getal heeft ook als voordeel dat u een pijndagboek kunt bijhouden. Door het bijhouden van een pijndagboek krijgt het pijnteam meer informatie over het effect van de iontoforese behandelingen. Het pijndagboek heeft een vakje voor de pijn die u overdag (zon) ervaart en een vakje voor de pijn die u 's nachts (maan) ervaart. Het tweemaal daags invullen van de pijnscore is voldoende. Indien de pijn wisselt kunt u natuurlijk altijd vaker uw pijnscore noteren. Door het verzamelen van de pijnscores en deze te bespreken met het pijnteam hopen wij u nog gericht te kunnen helpen.

Wij vragen u dit pijndagboek bij elke iontoforese behandeling mee te nemen.











geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn				
Datum		Tijd	Pijncijfer	Bijzonderheden
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				

geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn

Datum		Tijd	Pijncijfer	Bijzonderheden
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				











--

geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn











Datum		Tijd	Pijncijfer	Bijzonderheden
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				

--










geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn

Datum		Tijd	Pijncijfer	Bijzonderheden
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				

geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn

Datum		Tijd	Pijncijfer	Bijzonderheden
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				

geen pijn 0 – 1 – 2 – 3 – 4 – 5 – 6 – 7 – 8 – 9 – 10 de ergst denkbare pijn

Datum		Tijd	Pijncijfer	Bijzonderheden
				
				
				
				
				
				
				
				
				
				

## Telefoonnummers en adressen

Pijnpolikliniek  
Locatie Helmond  
T: 0492 – 59 59 49  
E: pijnpoli@elkerliek.nl

**Locatie Helmond**  
Wesselmanlaan 25  
5707 HA Helmond  
T: 0492 – 59 55 55

**Locatie Deurne**  
Dunantweg 16  
5751 CB Deurne  
T: 0493 – 32 88 88

**Locatie Gemert**  
Julianastraat 2  
5421 DB Gemert  
T: 0492 – 59 55 55

