

Pijnstilling na bezoek aan de Spoedeisende Hulp

Inleiding

U heeft een bezoek gebracht aan de Spoedeisende Hulp. Na uw behandeling mag u naar huis. Uit onderzoek is gebleken dat goede pijnstilling zorgt voor een sneller herstel. Soms is één soort pijnstiller voldoende, soms is een combinatie van pijnstillers nodig om voldoende effect te bereiken. Als de arts een combinatie voorschrijft, kunt u er van uitgaan dat deze medicijnen samen gebruikt kunnen worden. In deze folder vindt u informatie over het gebruik van pijnstilling thuis. Wij wensen u een voorspoedig herstel.

Voorgescreven medicatie

De arts adviseert u de volgende aangevinkte pijnstillers in te nemen: Voor alle duidelijkheid: de niet-aangekruiste geneesmiddelen zijn voor u dus niet van belang.

Paracetamol

4 keer per dag 2 tabletten van 500 mg

NSAID's

Diclofenac

3 keer per dag 1 tablet van 50 mg

Naproxen

2 keer per dag 500 mg

- Ibuprofen
3 keer per dag 200 of 400 mg

Opioïden

- Tramadol
3 keer per dag 1 tablet van 50 mg

- Oxycodon (kortwerkend)
Zo nodig tot keer per dag mg

- Oxycodon (langwerkend)
2 keer per dag 1 tablet van 10 mg

Overig

- Omeprazol (maagbeschermer)
1 keer per dag 20 mg

- Movicolon (tegen obstipatie)
1 tot 2 keer per dag 1 zakje, dit mag verhoogd worden naar 3 tot 4 zakjes per dag.

- Vitamine C (Bij polsbreuken vermindert dit de kans op posttraumatische dystrofie)
1 keer per dag 500 mg

- Pantazol
1 keer per dag 20 of 40 mg

Werking medicatie

- **Paracetamol**
Paracetamol heeft een pijnstillende en koortsverlagende werking. Neem de tabletten in met een tussentijd van ongeveer zes uur. Bijvoorbeeld drie keer bij de maaltijd en voor het naar bed gaan.

- **Diclofenac / Naproxen / Ibuprofen (NSAID's)**
Diclofenac remt ontstekingen, werkt pijnstillend en koortsverlagend. Verdeel de tabletten goed over de dag. Neem de tabletten in met een tussentijd van ongeveer acht uur (diclofenac of ibuprofen) of 12 uur (naproxen). Bij voorkeur samen met de maaltijd.
Let op: Combineer diclofenac, ibuprofen en naproxen niet, ze bevatten dezelfde werkzame stof.

- **Opioïden**
 - **Tramadol**
Verdeel de tabletten goed over de dag. Neem de tabletten in met een tussentijd van ongeveer acht uur. Het gebruik kan leiden tot verminderd reactie- en concentratievermogen. U mag niet autorijden.
 - **Oxycodon**
Verdeel de tabletten goed over de dag. Neem de langwerkende tabletten in met een tussentijd van ongeveer 12 uur en de kortwerkende tabletten met een tussentijd van vier tot zes uur. Het gebruik kan leiden tot verminderd reactie- en concentratievermogen. U mag niet autorijden.

- **Overig**
 - **Omeprazol**
U krijgt dit geneesmiddel voorgeschreven omdat u een verhoogde kans op maagklachten heeft bij het gebruik van NSAID's. Omeprazol beschermt de maagwand. Neem elke dag dat u Diclofenac of Naproxen of Ibuprofen gebruikt ook 1 tablet Omeprazol.

- **Movicolon**

Ter voorkoming van verstopping van ontlasting (obstipatie) bij gebruik van Oxycodon of Tramadol. U mag een tot twee keer per dag een zakje gebruiken. Zo nodig ophogen naar 3 tot 4 zakjes per dag als u geen ontlasting krijgt. Bij diarree mag u (tijdelijk) minder Movicolon gebruiken.

Tips

- **Inname pijnmedicatie**

Neem de pijnmedicatie op de voorgeschreven momenten in en niet pas als u pijn heeft.

Op deze manier kunt u een pijnpiek voorkomen. Daarnaast bouwt u een spiegel van het medicijn op, zodat de pijn beter onder controle is te krijgen. Soms is het noodzakelijk om naast de pijnstilling ook een maagbeschermer in te nemen. De arts schrijft dit dan voor.

- **Afbouwen pijnmedicatie**

Het is niet verstandig om ineens met de pijnstillers te stoppen.

Als de pijn minder wordt en acceptabel is, kunt u de pijnmedicatie afbouwen. Start met het stoppen van het sterkste medicijn (dus stop eerst met opioïden, daarna met NSAID's en als laatste de paracetamol). Afbouwen doet u door dagelijks één dosis van het medicijn niet in te nemen. Dus bijvoorbeeld door in plaats van 3 per dag 2 maal per dag de pijnstiller in te nemen of bijvoorbeeld 1 in plaats van 2 tabletten te nemen. Mocht u merken dat de pijnstilling dan toch onvoldoende is, dan kunt u het afbouwen uitstellen.

Recept pijnmedicatie

Bij ontslag uit het ziekenhuis krijgt u een recept voor pijnstilling mee naar huis. Met dit recept kunt u geneesmiddelen afhalen bij uw eigen apotheek of bij de Elkerliek apotheek in de centrale hal. Paracetamol, Ibuprofen en Vitamine C zijn zonder recept verkrijgbaar bij drogist of apotheek.

Gebruik pijnmedicatie en bloedverduuners

NSAID's (bijvoorbeeld Diclofenac) versterken de werking van bloedverduunnende medicijnen zoals Acenocoumarol/Sintrom of Fenprocoumon/Marcoumar. Gebruikt u bloedverduuners? Informeer dan altijd de trombosedienst dat u een NSAID gaat gebruiken. Meestal past de trombosedienst de hoeveelheid bloedverduunnende medicatie dan aan.

Andere pijnmedicatie

Wij raden u af om naast deze voorgeschreven medicatie andere pijnmedicatie die zonder recept verkrijgbaar zijn, te gebruiken. Hiermee wordt medicatie bedoeld die vrij te koop is bij de drogist of apotheek. Medicatie die u voor andere klachten gebruikt kunt u voortzetten, tenzij de arts anders voorschrijft.

Meer informatie

Kijk voor meer informatie op www.sehzorg.nl.

Tot slot

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, neem dan tijdens kantooruren contact op met de huisarts of de polikliniek van uw behandelend arts. Buiten kantooruren kunt u bij **spoed** bellen met de Spoedeisende Hulp, telefoonnummer 0492 – 59 55 71.

Telefoonnummers en adressen

Spoedeisende hulp

T: 0492 – 59 55 71

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

