

Smertebehandling af dit barn

Bemærk, at denne anvisning om smertebehandling kun gælder for børn, som ikke har andre sygdomme, er 3 år eller derover og har en normal vægt for deres alder.

For at tiden efter operationen skal blive så god som muligt, er det vigtigt at give smertestillende medicin. Dit barn spiser og sover bedre og har mindre ondt, hvilket fremmer helingen. Derfor er det vigtigt at give barnet medicin, selvom han/hun ikke virker til at have ondt i de første døgn.

En del børn har mest ondt om aftenen, mens andre synes, at natten og den tidlige morgen er værst. Det er normalt, at smerterne forværres 3-5 dage efter operationen, hvorefter de aftager. Dette er mest almindeligt, når mandlerne er fjernet fuldstændigt(tonsillektomi).

Forværring af smerterne er normalt, når blot der ikke samtidig optræder feber og manglende evne til at synke (primært væske).

Smertelindrende medicin virker bedst, når den tages **PÅ FASTE TIDER GENNEM DØGNET**. For at hjælpe dit barn er det vigtigt at forklare, at smerten ikke varer ved for evigt, men at den aftager gradvist og til sidst vil gå helt væk. Det er også meget vigtigt, at de anbefalinger om smertelindring, I har fået på sygehuset, følges nøje. Ofte anvendes en kombination af medicin, der virker på forskellige måder, for at opnå det bedst mulige resultat med smertebehandlingen. For at opretholde jævne koncentrationer af medicin i kroppen, opnå den bedste virkning og undgå "smertetoppe" er det vigtigt, at du følger ordinationen for både medicintype, dosis og de tidspunkter, hvor medicinen skal gives, også selv om barnet ikke virker til at have ondt lige i øjeblikket. Det er også meget vigtigt, at du følger eventuelle anvisninger på at vække dit barn for at give medicin om natten, selv om det måske kan opleves bedre ikke at forstyrre nattesøvnen. Børn og teenagere falder ofte hurtigt i søvn, og regelmæssig medicinering er vigtig for at forhindre vanskelige smerteudbrud den følgende dag. Regelmæssig smertelindring betyder desuden, at der kan gives mindre mængder medicin, og at risikoen for bivirkninger som forstoppelse og utilpashed bliver mindre. Giv medicinen 30-60 minutter før måltidet, så barnet nemmere kan synke maden. For at undgå alt for kraftige smerter må der ikke gå mere end 6 timer mellem medicindoserne. Foruden den smertestillende medicin er det vigtigt, at barnet får ekstra opmærksomhed, som adspredelse og tager fokus fra smerterne i halsen (spil forskellige spil, læs, se fjernsyn sammen med en voksen og andet). Kolde drikke eller is lindrer også smerten.

Smertevurdering

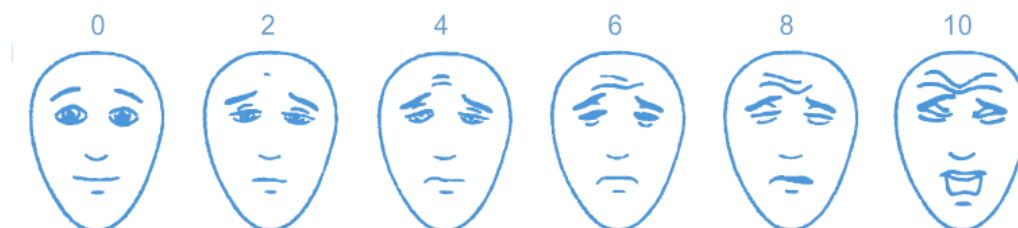
Efter en operation er det vigtigt at vurdere regelmæssigt, om barnet virker til at have ondt. Børns opførsel ændres som regel ved smerter, og børn kan undertiden have svært ved at udtrykke, at de har ondt. Smerte udtrykkes ikke altid med ord, skrig eller gråd. Der findes forskellige smertevurderingsskalaer, som kan gøre det nemmere at bedømme et barns smerter. Børn kan nægte, at de har smerter, fordi de ikke kan lide at tage medicin, som børn kan opleve som "skarp" og "en stor mængde" at tage flere gange i døgn.

Ændret opførsel på grund af smerter kan vise sig ved, at barnet klynker, er uroligt/anspændt eller apatisk/inaktiv. Anden adfærd kan også forekomme som f.eks. at være hyperaktiv, have let til gråd, ville sove hele tiden, nægte at spise og drikke. Det er dig, der kender dit barn bedst, så det er vigtigt, at du er opmærksom på ændret adfærd hos dit barn. Den giver dig vigtige ledetråde om, at de barn oplever smerte. Andre faktorer, som kan påvirke og forstærke smerter, er f.eks. angst og uro. Jo yngre barnet er, desto sværere har det ved at forstå sammenhængen mellem årsag og virkning.

Et værktøj til at bedømme smerte kan være forskellige smertevurderingsinstrumenter.

Børn fra 3-års alderen kan bedømme deres smerter ved hjælp af en ansigtsskala (se billedet). I skolealderen (fra ca. 7-års alderen), når barnet er i stand til at graduere sine smerter, kan barnet bruge en skala med tal (se billedet). På hospitalet anvendes der forskellige smertevurderingsskalaer, som også kan være gode værktøjer at bruge derhjemme.

Når barnet vurderer sine smerter til under "4" på ansigtsskalaen eller talskalaen på alle tidspunkter af døgnet, tyder det på, at du kan begynde at nedsætte dosen af medicin. Ophør med medicinen, hvis barnet fortsat giver under "4" et døgn efter, at du har nedsat dosen af medicin. Hvis dit barn er smertepåvirket på trods af regelmæssig indtagelse af anbefalede doser af medicin, skal du kontakte hospitalet.



Ansigtsskalaen Faces Pain Scale-Revised (FPS-R) til børn fra 3-års alderen er beregnet til at måle, hvordan barnet har det, ikke hvordan dets ansigt ser ud. Forklar barnet, at ansigterne viser, hvor ondt noget kan gøre. Ansigtet længst til venstre viser ingen smerter. Ansigterne viser flere og flere smerter, og det til højre viser ekstremt ondt.



Eksempel på numerisk verbal skala til børn over 7 år, hvor smerte gradueres ved at vælge et tal mellem "0" (ingen smerter) og "10" (værest tænkelige smerter).

Lægemiddel, behandlingstid og bivirkninger

Dette gælder i Sverige. Der kan være andre anbefalinger i de andre nordiske lande og andre lande.

Smertestillende medicin virker bedst, når den tages på faste tider over døgnet. Den grundlæggende smertebehandling efter mandeloperation til i øvrigt raske børn er et inflammationshæmmende lægemiddel (COX-hæmmer/NSAID, (f.eks. Ipren, Diklofenak, Voltaren), som skal tages sammen med medicin, som indeholder paracetamol (f.eks. Panodil,

Alvedon). Disse mediciner fås i håndkøb på apoteket, altså uden recept. Hvor længe barnet behøver at tage smertestillende medicin, kan afhænge af, hvilken type mandeloperation, der er udført. Køb den anbefalede medicin i GOD TID, så den ligger klar, når I vender hjem efter operationen. Hvis dit barn eventuelt behøver supplerende medicin på recept, får I den ved operationen.

De anbefalede doser af medicinen er beregnet til i øvrigt raske børn, som kan drikke nok væske. Det er vigtigt både at drikke og spise i dagene efter operationen for at få nok næring. Hvis du har store problemer med at få dit barn til at drikke, skal du kontakte sundhedsvæsenet.

Hvis der opstår problemer med, at barnet ikke vil tage medicinen, kan du prøve denne medicin i en anden form. De fleste af de anbefalede lægemidler findes både i form af tabletter, i flydende form, stikpiller, sugetablet eller brusetablet til opløsning i vand. Apoteket kan hjælpe med, at I får den rigtige dosis, hvis I skifter mellem formerne på medicinen. Når I forlader hospitalet, får I tydelig information om smertelindring fra afdelingen. Hvis I tager hjem på operationsdagen, skal du få at vide, hvor meget medicin dit barn allerede har fået, så I ved, hvor meget medicin I skal give i resten af det første døgn.

Behandlingstid

Hvor længe dit barn skal tage smertestillende medicin, kan afhænge af, hvilken type mandeloperation, der er foretaget. Når mandlerne opereres helt ud (tonsillektomi), skal man ofte tage smertestillende medicin i en længere tid på ca 8 døgn, nogen gange længere. Hvis det kun er del af mandlerne, der opereres ud (tonsillotomi) er smertestillende medicin normalt nødvendig i ca 5 døgn. Læs mere under fanen om mandeloperationer.

Nedtrapning af lægemidler

Det er VIGTIGT, at alle børn får den anbefalede dosering af smertestillende medicin i de første dage. Når du og dit barn vurderer, at han/hun begynder at have mindre ondt, anbefales, at I stopper med paracetamol i første omgang. Fortsæt med at give COX-hæmmere/NSAID på faste tider. Efterhånden som smerten derefter aftager, skal du gå over til kun at give COX-hæmmere/NSAID efter behov. Læs mere i rubrikken Smertevurdering.

Inflammationshæmmende medicin

COX-hæmmere (NSAID/Ikke-steroidbaseret antiinflammatorisk medicin) Smertelindrende virkning opnås cirka 30 minutter efter indtagelse af en tablet eller en opløsning til at drikke. Den anbefalede medicin er Ibuprofen (f.eks. Ipren, Brufen) ELLER Diklofenak (f.eks. Diklofenak eller Voltaren). Vær opmærksom på, at KUN ET AF DE anbefalede inflammationshæmmende lægemidler skal anvendes. Ibuprofen fås i håndkøb uden recept som i følgende medicinformer: mikstur/flydende og stikpiller. Diklofenak fås i håndkøb som lægemiddel uden recept i tabletform.

Bivirkninger/risici

COX-hæmmere kan gives til de fleste børn, også dem, der har astma, men det er MEGET VIGTIGT, at den første dosis er givet og bedømt på hospitalet. Hvis dit barn har astma, skal du spørge lægen, om barnet skal tage denne medicin. Medicinen må ikke bruges ved allergi mod acetylsalicylsyre eller andre COX-hæmmere/NSAID, eller hvis barnet har usædvanligt nemt

ved at bløde. Risikoen for bivirkninger øges med stigende doser. Ved alle blødninger i halsen skal sundhedsvæsnets STRAKS kontaktes. Læs mere under fanen Vigtigt.

Dosering

mg/kg = milligram per kilo kropsvægt, som barnet vejer

- Ibuprofen døgnet 1-8 = 5-7 mg/kg, dosen skal gives 4 gange per døgnet, hver syvte time (ikke oftere)
(Hvis dit barn vejer 61 kg eller mere, så er den største tilladte dosis 400 mg x 4/døgnet)

ELLER

- Diklofenak døgnet 1-8 = 1-1,5 mg/kg, dosen skal gives 3 gange per døgnet, hver ottende time (ikke oftere)
(Hvis dit barn vejer 33 kg eller mere, så er den største tilladte dosis 50 mg x 3/døgnet)

Læs mere i rubrikken **Behandlingstid og nedtrapning af medicin.**

Paracetamol

Paracetamol (f.eks. Alvedon, Panodil) dæmper smerte og feber men har ingen inflammationsdæmpende virkning. Efter en halv til en hel time efter indtagelse opnås den smertestillende virkning af en tablet eller oral opløsning (til at tage gennem munden). Med stikpiller opnås den fulde virkning først efter to til tre timer. På operationsdagen og 2 døgnet efter mandeloperationer (døgnet 1-3) anbefales en højere dosering af paracetamol. På døgnet 4 er det vigtigt, at brugen af paracetamol reduceres.

Bivirkninger/risici

Det er meget vigtigt at følge de anbefalede doser. Ved for høj dosis gennem længere tid er der risiko for alvorlig leverskade.

Dosering

mg/kg = milligram per kilo kropsvægt, (som barnet vejer)

- Paracetamol døgnet 1-3 (døgnet 1 er operationsdagen) = 24 mg/kg, dosen skal gives 4 gange per døgnet, hver syvte time (ikke oftere)
Hvis dit barn vejer 40-59 kg, er den største dosis 1000 mgx4/døgnet. (Hvis dit barn vejer over 60 kg, er den største tilladte dosis 1250 mg x 4/døgnet)
- Paracetamol 4-8 = 18 mg/kg, dosen skal gives 4 gange per døgnet, hver syvte time (ikke oftere)
(Hvis dit barn vejer 50 kg eller mere, så er den største tilladte dosis 1000 mg x 4/døgnet)

VIGTIGT: Børn, som gennemgår en mandeloperation, må aldrig bruge paracetamol i sammen med **KODEIN (f.eks. Citodon, Panocod), da kodein øger risikoen for åndedrætsproblemer.**

Læs mere i rubrikken **Behandlingstid og nedtrapning af medicin.**