

Kivunlievitys

Huomaa, että tämä kivunlievitysohje pätee vain, jos lapsella ei ole muita sairauksia, hän on vähintään 3-vuotias, ja hän on ikäänsä nähden normaalipainoinen.

On tärkeää antaa kipulääkettä lapselle, jotta leikkauksen jälkeinen aika sujuu mahdollisimman hyvin. Silloin lapsi syö ja nukkuu paremmin, ja hänellä on vähemmän kipuja. Tällöin myös paraneminen on nopeampaa. Siksi on tärkeää antaa lapselle kipulääkettä, vaikka hänellä ei vaikuttaisi olevan kipuja ensimmäisten vuorokausien aikana.

Jotkut lapset kokevat kivun pahimmaksi illalla, joillekin yö tai aikainen aamu on pahin. Normaalisti kipu pahenee 3-5 päivää leikkauksen jälkeen. Tämän jälkeen kipu alkaa hellittää. Tämä on yleisintä silloin, kun nielurisat on poistettu kokonaan (tonsillektomia).

Kivun paheneminen on normaalia niin kauan, kun siihen ei liity kuumetta tai kyvyttömyyttä niellä (etenkin nesteitä).

Kipulääke tehoaa parhaiten, kun sitä otetaan SÄÄNNÖLLISESTI VUOROKAUDEN YMPÄRI. Auttaaksesi lastasi on tärkeää selittää hänelle, että kipu ei kestä loputtomasti, vaan vähenee asteittain ja häviää lopulta kokonaan. On myös erittäin tärkeää, että sairaalasta saamianne kipulääkitysohjeita noudatetaan tarkasti. Usein käytetään eri tavalla vaikuttavien kipulääkkeiden yhdistelmää, jotta saavutetaan paras mahdollinen teho. Mahdollisimman tasaisen elimistön kipulääkepitoisuuden ylläpitämiseksi, parhaan mahdollisen tehon saavuttamiseksi ja "kipupiikkien" välttämiseksi on tärkeää, että noudatat lääkemääräystä niin kipulääketyypin, annostuksen kuin läikeannoksen antamisajankin suhteen myös siinä tapauksessa, että lapsi ei juuri kyseisellä hetkellä vaikuta kivuliaalta. On myös hyvin tärkeää, että noudatat mahdollista määräystä herättää lapsesi yöllä ottamaan lääkettä siitä huolimatta, että voi ehkä tuntua paremmalta antaa lapsen nukkua rauhassa. Lapset ja nuoret nukahtavat useimmiten nopeasti uudestaan ja säännöllisellä lääkityksellä on merkitystä, jotta voidaan ehkäistä vaikeasti hallittavia kipukohtauksia seuraavana päivänä. Säännöllisen kipulääki tyksen ansiosta voidaan antaa vähemmän lääkettä, mikä vähentää haittavaikutusten, kuten ummetuksen ja pahoinvoinnin, riskiä. Anna lääkettä 30 - 60 minuuttia ennen ateriala, jotta lapsen on helpompi niellä ruokaa. Lääkeannosten välin tulee olla enintään 6 tuntia, ettei kipu voimistu liikaa. Kivunlievityksen lisäksi on tärkeää, että lapsi saa ylimääräistä huomiota, joka auttaa lasta olemaan välittämättä nielussa tuntuvasta kivusta (esimerkiksi saa luvan pelata pelejä, lukea ja katsella televisiota yhdessä aikuisen kanssa). Myös kylmät juomat ja jäätelö lievittävät kipua.

Kivun arvioiminen

Leikkauksen jälkeen on tärkeää arvioida säännöllisesti, vaikuttaako lapsi kivuliaalta. Lapsen käytös muuttuu yleensä kivun vuoksi, ja toisinaan lapsen on vaikea ilmaista, että hänellä on kipuja. Lapsi ei aina ilmaise kipua sanoin, huutamalla tai itkemällä.

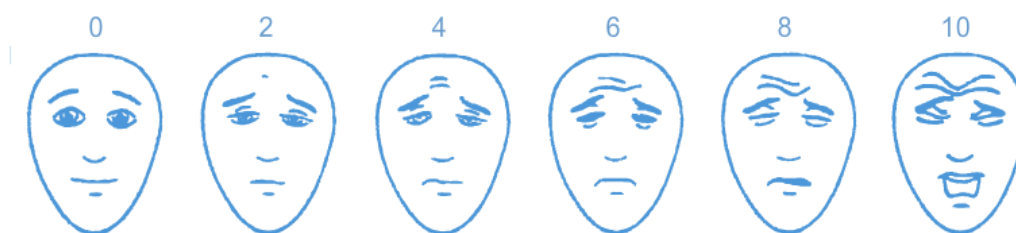
Erilaisia kivunarviointiasteikkoja voidaan käyttää helpottamaan lapsen kivun arviointia. Lapsi voi kieltää tuntevansa kipua, jos hän ei pidä lääkkeen ottamisesta: lääke voi tuntua lapsesta ”kitkerältä” ja määrä suurelta monta kertaa vuorokaudessa annosteltuna.

Kivun takia muuttunut käyttäytyminen voi ilmetä esimerkiksi lapsen kitisemisenä, levottomuutena/jännittyneisyytenä tai apaattisuutena/toimettomuutena. Muunlaistakin poikkeavaa käyttäytymistä voi esiintyä, esimerkiksi ylivilkkautta, itkuisuutta, halua vain nukkua tai kieltäytymistä syömisestä ja juomisesta. Sinä tunnet lapsesi parhaiten, joten on tärkeää, että tarkkailet lapsesi käytöstä. Siten saat tärkeitä johtolankoja lapsesi kivun tuntemuksista. Muita kipuun vaikuttavia ja sitä pahentavia tekijöitä ovat esimerkiksi pelko ja huolestuneisuus. Mitä nuorempi lapsi on, sitä vaikeampi hänen on ymmärtää syyn ja seurauksen yhteyttä.

Kipua voi arvioida esimerkiksi erilaisten kivun arvioimisapuvälineiden avulla.

Vähintään 3-vuotiaat lapset voivat arvioida tuntemaansa kipua kasvoasteikon avulla (katso kuvaa). Kouluikäisenä (noin 7-vuotiaasta alkaen), kun lapsi ymmärtää kivun arvioimista asteikolla, voidaan käyttää numeroasteikkoa (katso kuvaa). Sairaalassa käytetään erilaisia kivun arviointiasteikkoja, ja myös ne voivat olla hyviä välineitä kotikäyttöön.

Kun lapsi arvioi kokemansa kivun olevan alle ”4” kasvoasteikolla tai numeroasteikolla jokaisella arviointikerralla vuorokauden aikana, voit alkaa pienentää lääkemannosta. Lopeta lääkkeen antaminen, jos lapsi arvioi kokemansa kivun edelleen olevan alle ”4” yhden vuorokauden kuluttua siitä, kun annosta pienennettiin. Ota yhteyttä lääkäriin, jos lapsi kokee kipua siitäkin huolimatta, että hän saa suositellun lääkemannoksen säännöllisesti.



Faces Pain Scale-Revised (FPS-R) -kasvoasteikko vähintään 3-vuotiaille lapsille on tarkoitettu lapsen voinnin arvioimiseen, ei lapsen kasvojenilmeiden arvioimiseen. Selitä lapselle, että kasvokuvat osoittavat sitä, miten kipeältä jokin voi tuntua. Äärimmäisenä vasemmalla olevat kasvot osoittavat kivuttomuutta. Kasvot osoittavat asteittain yhä enemmän kipua, ja äärimmäisenä oikealla olevat kasvot osoittavat erittäin kovaa kipua.



Esimerkki numeerisesta sanallisesta skaalasta yli 7-vuotiaille lapsille: kivun aste määritellään valitsemalla lukuarvo väliä "0" (ei lainkaan kipua) ja "10" (pahin mahdollinen kipu).

Lääkkeet, hoitoaika ja sivuvaikutukset

Tämä koskee Ruotsia. Muissa Pohjoismaissa voi olla erilaiset suositukset.

Kipulääkkeet tehoavat parhaiten, kun niitä otetaan säännöllisesti vuorokauden ympäri. Muutoin perusterveillä lapsilla peruskivunlievityksenä käytetään nielurisaleikkauksen jälkeen tulehduskipulääkettä (COX-entsyymien estäjä/NSAID, esim. Ipren, Diklofenak, Volaren), jota otetaan yhdessä parasetamolia sisältävän lääkkeen (esim. Panodil, Alvedon) kanssa. Näitä lääkkeitä saa ilman reseptiä apteekista. Se kuinka pitkään lapsi tarvitsee kipulääkettä, voi riippua suoritetun nielurisaleikkauksen tyypistä. Osta suositeltuja lääkkeitä kotiin HYVISSÄ AJOIN, jotta niitä on kotona valmiina, kun tulette kotiin leikkauksen jälkeen. Jos lapsi tarvitsee täydentävää reseptilääkettä, saatte reseptin leikkauksen yhteydessä.

Suosittelut lääkeannokset on laskettu muutoin terveelle lapselle, joka pystyy juomaan riittävästi nestettä. Lapsen on tärkeää sekä juoda että syödä leikkauksen jälkeisinä päivinä, jotta hän saa riittävästi ravintoa. Ota yhteyttä lääkäriin, jos lapsi ei millään tahdo juoda.

Jos lasta on vaikea saada ottamaan lääkettä, voit kokeilla jotain muuta lääkemuotoa. Useimpia suositelluista lääkkeistä on saatavilla sekä tabletteina, liuksena, peräpuikkoina, suussa sulavina tabletteina että poretabletteina. Apteekin henkilökunta voi auttaa oikean annoksen määrittämisessä, jos vaihdatte lääkemuotoa. Sairaalasta lähtiessänne saatte osastolta selkeät ohjeet kivunlievityksestä. Jos pääsette kotiin jo leikkauspäivänä, ottakaa selvää, kuinka paljon lääkettä lapsi on saanut jo leikkauksen jälkeen, jotta tiedätte kuinka paljon lääkettä hänelle on annettava loppupäivän aikana.

Hoitoaika

Kipulääkityksen keston tarve voi riippua suoritetun nielurisaleikkauksen tyypistä. Kun nielurisat on poistettu kokonaan (tonsillektomia), kipulääkitystä tarvitaan yleensä kauemmin, noin 8 vuorokautta, joskus pitempään. Jos nielurisat on poistettu vain osittain (tonsillotomia), kipulääkitystä tarvitaan yleensä noin 5 vuorokautta.

Lääkityksen asteittainen lopettaminen

On TÄRKEÄÄ, että lapsi saa suositellun määrän kipulääkettä ensimmäisten päivien aikana. Kun sinä ja lapsesi arvioitte, että kipu alkaa hellittää, on suositeltavaa lopettaa ensin parasetamolia sisältävän lääkkeen ottaminen. Jatka COX-estäjän/NSAID - lääkkeen antamista säännöllisesti. Ala vähitellen antaa COX - estäjä/NSAID-lääkettä vain tarvittaessa sitä mukaa, kun kipu heikkenee.

Tulehduskipulääkkeet

COX-estäjät (NSAID) sekä lievittävät kipua nopeasti että ehkäisevät tulehdusreaktiota. Lääkkeen kipua lievittävä vaikutus alkaa noin 30 minuuttia tabletin tai oraaliuoksen ottamisen jälkeen. Suositeltuja lääkaineita ovat ibuprofeeni (esim. Ipren, Brufen) TAI diklofenaakki (esim. Diklofenak, Voltaren). Huomaa, että kivunlievitykseen tulee käyttää VAIN YHTÄ suositelluista tulehduskipulääkkeistä. Ibuprofeenia on saatavilla ilman reseptiä tabletteina, liuoksena/nesteenä ja peräpuikkoina. Diklofenaakkia on saatavilla ilman reseptiä tabletteina.

Haittavaikutukset/riskit

COX-estäjiä voi antaa useimmille lapsille, myös astmaatikoille, mutta on HYVIN TÄRKEÄÄ, että ensimmäinen annos annetaan ja arvioidaan jo sairaalassa. Jos lapsellasi on astma, kysy lääkäriltä soveltuuko tämä lääke hänelle. Näitä lääkkeitä ei saa käyttää, jos lapsi on allerginen asetyylisalisyylihapolle tai muille COX-estäjille/NSAID-lääkkeille, tai jos lapsi saa verenvuotoja epätavallisen herkästi. Haittavaikutusten riski suurenee annoksen suurenemisen myötä. Ota aina VÄLITTÖMÄSTI yhteyttä lääkäriin, jos nielusta vuotaa verta. Lue lisää välilehdeltä Tärkeää.

Annostelu

mg/kg = milligrammaa lapsen painokiloa kohden

- Ibuprofen; vuorokaudet 1-8 = 5-7 mg/kg, annos annetaan 4 kertaa vuorokaudessa kuuden tunnin välein (ei useammin)
(Jos lapsi painaa 61 kg tai enemmän, enimmäisannos on 400 mg/vuorokausi).

TAI

- Diklofenak; vuorokaudet 1-8 = 1-1,5 mg/kg, annos annetaan 3 kertaa vuorokaudessa kahdeksan tunnin välein (ei useammin)
(Jos lapsi painaa 33 kg tai enemmän, enimmäisannos on 50 mg/vuorokausi)

Lue lisää kohdista **Hoidon** kesto ja **Kipulääkityksen** asteittainen lopettaminen.

Parasetamoli

Parasetamoli (esim. Alvedon, Panodil) lievittää kipua ja alentaa kuumetta, mutta ei ehkäise tulehdusreaktiota. Tabletin tai oraaliliuoksen (otetaan suun kautta) vaikutus saavutetaan 30 – 60 minuutin kuluttua. Peräpuikkoa käytettäessä kestää kahdesta kolmeen tuntia ennen kuin täysi teho saavutetaan. Leikkauspäivänä ja 2 vuorokautta nielurisaleikkauksen jälkeen (vuorokaudet 1 – 3) suositellaan suurempaa annosta parasetamolia. Vuorokautena 4 on tärkeää pienentää parasetamoliannosta.

Haittavaikutukset/riskit

On erittäin tärkeää noudattaa annossuosituksia. Pitkäaikaisessa käytössä liian suuri annos aiheuttaa vakavan maksavaurion riskin.

Annostelu

mg/kg = milligrammaa lapsen painokiloa kohden

- Parasetamoli; vuorokaudet 1-3 (vuorokausi 1 on leikkauspäivä) = 24 mg/kg, annos annetaan 4 kertaa vuorokaudessa kuuden tunnin välein (ei useammin)(Jos lapsi painaa 40-59 kg, maksimiannos on 1000 mg x4/vuorokausi. Jos lapsi painaa yli 60 kg, maksimiannos on 1250 mg x 4/vuorokausi)
- Parasetamoli; vuorokaudet 4-8 = 18 mg/kg, annos annetaan 4 kertaa vuorokaudessa kuuden tunnin välein (ei useammin)
(Jos lapsi painaa 50 kg tai enemmän, enimmäisannos on 1000 mg/vuorokausi)

TÄRKEÄÄ: Lapselle, jolle on tehty nielurisaleikkaus ei saa koskaan antaa parasetamolia yhdessä **KODEIINIIN** (esim. Citodon, Panocod) kanssa, sillä kodeiini lisää hengitysongelmien riskiä. Lue lisää kohdista **Hoidon kesto** ja **Kipulääkityksen asteittainen lopettaminen**.