

Pijnbestrijding bij kanker (met oxycodon)

Een behandeling bij kanker gaat soms gepaard met pijn. Hier leest u wat de oorzaken hiervan kunnen zijn, hoe pijn behandeld kan worden en wat u zelf kunt doen.

Pijn is een onaangenaam gevoel en kan verschillende oorzaken hebben. Iedereen ervaart pijn op een andere manier. U bent de enige die iets over de ernst en de aard van uw pijn kan zeggen. Hoewel het vaak lastig is te omschrijven wat u precies voelt, is het belangrijk dat u pijnklachten aankaart bij uw (huis)arts. Er zijn namelijk verschillende mogelijkheden om pijn te bestrijden, te verlichten of beter te verdragen.

Meer over de oorzaken van pijn

Pijn is niet prettig, maar het heeft een functie. U voelt pijn als er iets mis is met uw lichaam. Pijn is een waarschuwing of een signaal.

de oorzaken

Oorzaken van pijn

- De kanker zelf kan pijn veroorzaken. Doordat een tumor (gezwel) of een uitzaaiing groeit, neemt hij meer plaats in. De weefsels in de buurt worden hierdoor weggedrukt of beschadigd.
- De behandeling die u krijgt om kanker te bestrijden, kan ook pijn veroorzaken. Tijdens een operatie kunnen zenuwen beschadigd raken, maar ook littekens van operatiewonden kunnen pijnlijk zijn. Bestraling en chemotherapie kunnen bijwerkingen geven die gepaard gaan met pijn. Dit komt doordat bij deze behandeling soms ook gezonde weefsels worden beschadigd. Bij chemotherapie kan het slijmvlies van uw mond bijvoorbeeld gaan ontsteken. Bij bestraling kan de huid plaatselijk geïrriteerd raken en daardoor pijn gaan doen.
- U kunt ook pijn hebben die niet direct met kanker te maken heeft. Voorbeelden hiervan zijn slijtage aan de gewrichten en spanningshoofdpijn.
- De pijn kan ook ontstaan doordat u tijdens uw ziekte lichamelijk achteruit bent gegaan. Wanneer u door uw ziekte weinig kunt bewegen, kunt u bijvoorbeeld last krijgen van pijnlijke spieren of van 'doorliggen'.

Vorbereiding

Overleg met uw arts

Uw arts zal altijd proberen de oorzaak van uw pijn te achterhalen. Dit is belangrijk omdat de ene soort pijn om een andere behandeling vraagt dan de andere soort. Veel patiënten willen zelf ook graag de oorzaak van hun pijn weten. Helaas is het soms moeilijk om vast te stellen wat de oorzaak van de pijn is. Toch zal uw arts alles in het

werk stellen om uw pijn weg te nemen of te verminderen.

Beschrijf uw pijn

Het is erg moeilijk om anderen uit te leggen hoeveel pijn u hebt en hoe die pijn aanvoelt. Toch bent u de enige die iets over de ernst en aard van de pijn kan zeggen. Het is belangrijk dat u zelf een goed beeld hebt van uw pijn. Alleen dan is het mogelijk om onder woorden te brengen wat u voelt. Uw uitleg kan uw arts helpen om de oorzaak van uw pijn te vinden. Ook is de methode van pijnbestrijding dan beter op uw situatie af te stemmen. Een hulpmiddel om uw pijn te beschrijven is een pijn-evaluatieformulier.

Behandeling

Pijn heeft vaak een grote invloed op het dagelijks leven. Wanneer u minder pijn heeft, verbetert de kwaliteit van uw leven. Het is dus belangrijk om uw pijn zo goed mogelijk te bestrijden. Dit kan met verschillende geneesmiddelen en methoden.

Pijnstillers fase 2

Pijnbestrijding bestaat uit verschillende fasen. Bij elke fase horen andere soort pijnstillers. Welke pijnstiller u krijgt, hangt af van de oorzaak van de pijn, de soort pijn en de hevigheid. Uw arts heeft u zogenoemde fase 2-pijnstillers voorgeschreven. Dat betekent dat uw pijn bestreden wordt met oxycodon. Deze pijnstiller is er in twee varianten:

- OxyNorm®; een pijnstiller met een snelle afgifte. Dit betekent dat de pijnstilling snel werkt, maar dat de werking ook minder lang aanhoudt.
- OxyContin®; een pijnstiller met een gereguleerde afgifte. Dit betekent dat de pijnstilling minder snel werkt, maar daarna wel continu. *Wat bedoelen jullie met 'daarna wel continu?' Vind ik niet duidelijk.*

Hieronder staat aangekruist welk medicijn in welke dosering voor u van toepassing is.

Startschema pijnstillers met snelle afgifte

☐ 6 x daags 5 mg OxyNorm® (snelle afgifte)

U mag na 30 minuten effect verwachten. Is dit niet het geval, dan neemt u 1 extra 5 mg tablet. Dit mag u doen, zo vaak als het nodig is; desnoods elk uur. Hier is geen maximum aan verbonden. Naast de extra tabletten gaat het normale schema (6 x per dag) gewoon door.

☐ 6 x daags 10 mg OxyNorm® (snelle afgifte)

Als de pijn blijft of weer terugkeert verdubbel dan de dosis na 4 uur. *Is dit naast het normale schema?*

Omzetting pijnstillers met snelle afgifte naar pijnstillers met gereguleerde afgifte

☐ Omzetting van 6 x daags 5 mg OxyNorm® (snelle afgifte) naar 2 x daags 20 mg OxyContin® (gereguleerde afgifte)

Dagschema:

- Dag 1: 6 x daags 5 mg OxyNorm® (snelle afgifte).
- Dag 2:
 - 3 x daags 5 mg OxyNorm® (snelle afgifte, dit is 50% van de dosis van dag 1)
 - 2 x daags 20 mg OxyContin® (gereguleerde afgifte). *Maakt de volgorde van inname nog uit?*
- Dag 3: 2 x daags 20 mg OxyContin® (gereguleerde afgifte). Deze dosering blijft u gebruiken.

□ Omzetting van 6 x daags mg OxyNorm® (snelle afgifte) naar 2 x daags OxyContin® (gereguleerde afgifte)

Dagschema:

- Dag 1: 6 x daags mg OxyNorm® (snelle afgifte).
- Dag 2, optie 1:
 - 6 x daags mg OxyNorm® (snelle afgifte, dit is 50% van de dosis van dag 1)
 - 2 x daags mg OxyContin® (gereguleerde afgifte). *Maakt de volgorde van inname nog uit?*
- Dag 2, optie 2:
 - 3 x daags mg OxyNorm® (snelle afgifte, dit is 50% van de dosis van dag 1)
 - 2 x daags mg OxyContin® (gereguleerde afgifte). *Maakt de volgorde van inname nog uit?*
- Dag 3: 2 x daags mg OxyContin® (gereguleerde afgifte). Deze dosering blijft u gebruiken.

Startschema pijnstillers met gereguleerde afgifte

□ 2 x daags 10 mg OxyContin® (gereguleerde afgifte).

Bij aanhoudende of terugkerende pijn neemt u een tablet 10 mg OxyNorm® (snelle afgifte) extra.

Bijwerkingen

Mogelijke bijwerkingen van oxycodon:

- Sufheid. Dit verdwijnt meestal na enkele dagen.
- Verwardheid. Hier kan eventueel medicatie tegen gegeven worden.
- Misselijkheid en braken. Dit komt vooral voor bij de start van de behandeling en kan worden bestreden met medicatie.
- Obstipatie (verstopping). Om obstipatie te voorkomen, schrijft de arts uit voorzorg laxerende middelen voor om de ontlasting op gang te houden.

Als u last hebt van bijwerkingen, vertel dit dan altijd aan uw (huis)arts. Meestal kan er iets aan worden gedaan. Soms is het bijvoorbeeld nodig om de dosering aan te passen.

Doorbraakpijn

Doorbraakpijn is een heftige pijnstoot, die al kan ontstaan door een eenvoudige beweging. Deze pijn ontstaat acuut en duurt soms enkele minuten tot een half uur. Doorbraakpijn wordt altijd behandeld met een snelwerkende pijnstiller. Als u last heeft van doorbraakpijn mag u naast uw gebruikelijke dosis oxycodon het volgende extra innemen:

- x daags 5 mg OxyNorm® (snelle afgifte)
- x daags 10 mg OxyNorm® (snelle afgifte)

Medicijnen voor doorbraakpijn worden soms ook preventief gegeven voorafgaand aan bepaalde bewegingen of activiteiten, waarvan bekend is dat u daar pijn van krijgt. U neemt dan 1 tablet van 10 mg OxyNorm® (snelle afgifte), 20 minuten voordat u start met deze bewegingen of activiteiten.

Aanvullende medicijnen

Soms krijgt u ook andere medicijnen voorgeschreven die eigenlijk geen pijnstillers zijn, maar wel goed kunnen helpen. Dit zijn bijvoorbeeld antidepressiva en anti-epileptica. Deze medicijnen hebben pijnstillende neveneffecten. Daarnaast zijn dit middelen die bijvoorbeeld angst verminderen, uw verdriet en gevoelens van onrust temperen of u helpen beter te slapen. Ze kunnen uw leven wat aangenameer maken.

Nazorg

Neem contact op met uw arts als de pijn thuis onhoudbaar wordt of slecht te verdragen is.

- Tijdens kantooruren kunt u uw arts bereiken via de poli Interne Geneeskunde.
- 's Avonds en 's nachts neemt u contact op met de Spoedeisende Hulp.

Vertel duidelijk:

- dat u kanker hebt;
- dat u pijn hebt;
- welke (pijn)medicijn(en) u gebruikt;
- dat de voorgeschreven pijnstilling onvoldoende helpt.

Vragen

Ook als u vragen hebt, kunt u contact opnemen met de poli Interne Geneeskunde.

Meer informatie over uw medicijnen?

U kunt met vragen over uw medicijnen altijd terecht bij uw arts, apotheker of verpleegkundige.

Betrouwbare aanvullende informatie over medicijnen vindt u op deze websites:

- [Apotheek.nl](https://www.apotheek.nl) (<https://www.apotheek.nl>): voor heldere schriftelijke informatie.
- [Kijksluiter.nl](https://www.kijksluiter.nl) (<https://www.kijksluiter.nl>): voor duidelijke animatiefilmpjes over veelgebruikte medicijnen. Na het invullen van enkele gegevens ontvangt u een inlogcode.

Wat kunt u zelf doen?

Naast het gebruik van pijnstillers zijn er nog andere mogelijkheden om pijn te verlichten.

Zorg dat u uitgerust bent

De pijn is dan beter te verdragen of kan zelfs minder worden. Helaas zal het niet altijd lukken om goed uitgerust te zijn. Misschien hebt u moeilijkheden om in te slaap te komen. Een beker warme melk, een glaasje wijn of een warme douche voor het slapen gaan willen nog wel eens helpen. U kunt ook proberen om overdag wat extra rust

te nemen.

Gebruik warmte of kou

U kunt de pijnlijke plaats verwarmen of afkoelen. Probeer uit te vinden waarbij u het meeste baat hebt.

- Warmte zorgt voor een betere doorbloeding, zodat uw spieren zich ontspannen. U kunt een kruik of een warme handdoek gebruiken. Andere mensen hebben baat bij een warme douche of bad.
- Kou kunt u toepassen wanneer u de druk of de zwelling op een bepaalde plaats wilt verlichten. Het kan de plaats van de pijn als het ware verdoven, zodat u de pijn minder sterk voelt. Gebruik een koud washandje of ijsklontjes die u in een handdoek wikkelt. Bij de drogist en apotheek zijn zogenaamde 'cold-hot packs' verkrijgbaar.

Zoek ontspanning en afleiding

Ontspanning kan de pijn verlichten. Of voorkómen dat de pijn erger wordt door spier-spanning. Een ontspannen gevoel zorgt er bovendien voor dat andere methoden van pijnbestrijding beter helpen.

De volgende activiteiten kunnen u misschien wat ontspannende afleiding bezorgen: spierontspanningsoefeningen, ademhalingsoefeningen, yoga, concentratieoefeningen, verbeeldingsoefeningen. U kunt ook proberen om uw gedachten van de pijn af te leiden door naar muziek te luisteren, een boek te lezen of televisie te kijken. Als het mogelijk is, kunt u proberen iets in huis te doen of bij iemand op bezoek te gaan. De pijn is er dan nog wel, maar u ervaart deze als minder sterk omdat uw aandacht bij iets anders is.

Praat met anderen over uw pijn

Het is zinvol om af en toe over uw pijn te praten met mensen uit uw omgeving. Ook als u langdurig pijn hebt. Vaak kunt u de pijn dan beter aan. Het kan helpen om gevoelens die met pijn gepaard gaan – zoals verdriet, woede, angst en onzekerheid – beter de baas te blijven. Door erover te praten, kunnen mensen in uw omgeving zich bovendien beter inleven in wat u voelt.

S.V.P. invullen VIR informatievoorziening patiënten en familie

M&C is houder van de Vastgestelde Instellings Richtlijn (VIR) Informatievoorziening voor patiënten en familie. Een van de accreditatie-eisen vanuit Qualicor is dat aangetoond moet worden welke afspraken er zijn over het verstrekken van informatie aan patiënten en hun familie/naasten. Vul daarom onderstaande gegevens in. Deze tekst wordt bij publicatie uit de tekst gehaald en in de beheerinformatie van de website opgenomen.

Voor welke patiëntgroepen is deze informatie bestemd?

Wie geeft deze informatie aan de patiënt (functie noemen, geen namen)?

Op welk moment in het zorgproces krijgt de patiënt deze informatie?

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: [Begin een goed gesprek \(https://begineengoesprek.nl/\)](https://begineengoesprek.nl/)

Op de website van de [Nederlandse Patiëntenfederatie \(https://www.patientenfederatie.nl\)](https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Meer informatie

Websites

- Digitale brochure van KWF (<https://www.kanker.nl/artikelen/brochure-pijn-bij-kanker>) over pijn bij kanker
- Kanker.nl
(<https://www.kanker.nl/gevolgen-van-kanker/pijn/wat-is/pijn-bij-mensen-met-kanker-0#show-menu>) over pijn bij kanker

Gerelateerde informatie

Behandelingen & onderzoeken

- Pijnbestrijding bij kanker met morfinepleisters
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/interne-geneeskunde/behandelingen-onderzoeken/pijnbestrijding-bij-kanker-met-morfinepleisters>)
- Pijnbestrijding bij kanker met paracetamol of NSAID's
(<https://www.antoniusziekenhuis.nl/interne-geneeskunde/behandelingen-onderzoeken/pijnbestrijding-bij-kanker-met-paracetamol-nsaids>)

Specialismen

- Kankercentrum (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/kankercentrum>)
- Interne Geneeskunde (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/interne-geneeskunde>)
- Spoedeisende Geneeskunde (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/spoedeisende-geneeskunde>)
- Pijnbestrijding (<https://www.antoniusziekenhuis.nl/pijnbestrijding>)

