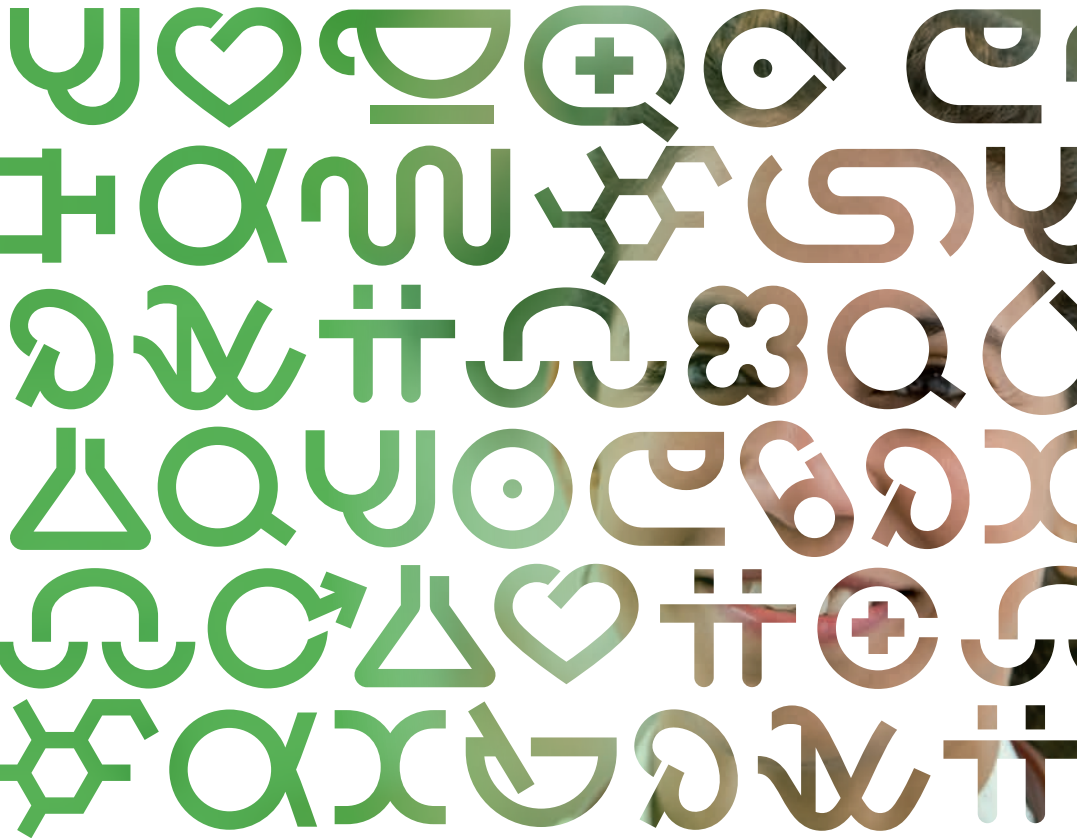


INTERNE GENEESKUNDE

# Pijnbestrijding bij kanker

met oxycodon

BEHANDELING



# Pijnbestrijding bij kanker

U wordt in het St. Antonius ziekenhuis behandeld voor kanker. Ten gevolge van de kanker kunt u ook last hebben van pijn. In deze folder kunt u lezen wat oorzaken van pijn bij kanker kunnen zijn, hoe pijn behandeld kan worden en wat u zelf kunt doen ter verlichting van de pijn. Daarnaast worden werking en bijwerkingen van fase 2-pijnstillers (oxycodon) beschreven. Over de pijnstilling in fase 1 is een aparte brochure beschikbaar: "Pijnbestrijding bij kanker met paracetamol en/of NSAID's".

## Pijn

Pijn is een onaangenaam gevoel. Pijn kan verschillende oorzaken hebben en iedereen ervaart pijn op een andere manier. U bent de enige die iets over de ernst en de aard van uw pijn kan zeggen. Dit is persoonsgebonden. Hoewel het lastig kan zijn om te omschrijven wat u precies voelt, moet u nooit aarzelen om aandacht te vragen voor uw pijn. Er zijn mogelijkheden om pijn te bestrijden, te verlichten of beter te verdragen.

## Pijn als signaal

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. Normaal gesproken verdwijnt de pijn wanneer het lichaam weer hersteld is. In sommige gevallen blijft pijn echter aanwezig. De pijn heeft dan niet meer de

functie van een signaal: u weet immers al dat er iets mis is. Wanneer de pijn verandert, bijvoorbeeld erger wordt, van plaats wisselt of anders aanvoelt, dan krijgt de pijn zijn betekenis van 'waarschuwing' weer terug.

## 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, wat pijn kan veroorzaken.
- 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 be-

handeling 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'.

Uw arts zal altijd proberen de oorzaak van uw pijn te achterhalen. Dit is belangrijk omdat het ene type pijn om een andere behandeling vraagt dan het andere type. 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 ook dan alles in het werk stellen om uw pijn weg te nemen of te verminderen.

## Behandeling van pijn

Pijn heeft vaak een grote invloed op het dagelijks leven. Wanneer u minder pijn heeft, kan dat de kwaliteit van uw leven aanzienlijk verbeteren. Het is dus van groot belang om uw pijn zo goed mogelijk te bestrijden. Tegenwoordig is pijn beter te bestrijden dan vroeger. Helaas is het niet altijd mogelijk om iets aan de oorzaak van de pijn te doen. Als de oorzaak van de pijn bekend is, zal de arts bekijken of de oorzaak zelf te

verhelpen is. Dit kan gebeuren door middel van een behandeling, zoals radiotherapie (bestraling), een operatie, chemotherapie, hormoontherapie of een combinatie van bovengenoemde behandelingen. Voor elke behandeling geldt dat het enige tijd duurt voordat deze effect heeft. Natuurlijk krijgt u in de tussentijd iets tegen de pijn.

Als de oorzaak van de pijn niet bekend is, is dat natuurlijk vervelend. In deze gevallen zal uw specialist ervoor kiezen om alleen de pijn zelf te behandelen. Dat kan zowel met geneesmiddelen als met andere methoden: beide worden hieronder besproken.

### Pijnstillers fase 2

Pijnbestrijding kent verschillende fasen. Welke pijnstiller u krijgt, hangt af van de oorzaak van de pijn, de soort pijn en de hevigheid. Uw arts heeft u zogenaamde fase 2-pijnstillers voorgeschreven. Dat betekent dat uw pijn bestreden zal worden met oxycodon. Hieronder vindt u aangekruist welk medicijn in welke dosering voor u van toepassing is.

U krijgt de pijnstiller oxycodon. Deze pijnstiller is er in twee varianten:

- OxyNorm®; een pijnstiller met een snelle afgifte. Dit houdt dat deze morfine snel werkt, maar dat de werking ook minder lang aanhoudt.
- OxyContin®; een pijnstiller met een geregleerde afgifte. Dit houdt in dat deze morfine minder snel werkt, maar daarna wel continu.

## Startschema pijnstillers met een snelle afgifte

- ❑ 6 x daags 5 mg tablet oxycodon - Oxy-Norm® (snelle afgifte)  
U mag na 30 minuten effect verwachten. Is dit niet het geval, dan neemt u 1 extra tablet 5 mg oxycodon - Oxy-Norm®. 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 oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte)  
Als de pijn blijft of weer terugkeert verdubbeld dan de dosis na 4 uur.



Binnen 1-2 dagen zal duidelijk zijn hoeveel oxycodon u per dag nodig heeft. Deze hoeveelheid van de pijnstiller met een snelle afgifte wordt omgezet in een pijnstiller met een gereguleerde afgifte. Uw (huis)arts zal u hierover informeren.

## Omzetting pijnstillers met snelle afgifte naar pijnstillers met gereguleerde afgifte

- ❑ Omzetting van 6 x daags 5 mg oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte) naar 2 x daags 20 mg oxycodon - OxyContin® (gereguleerde afgifte).

Voor bovenstaande omzetting volgt u onderstaand schema.

### Dag 1:

U neemt 6 x daags 5 mg oxycodon - Oxy-Norm® (snelle afgifte).

### Dag 2:

U neemt 3 x daags 5 mg oxycodon - Oxy-Norm® (snelle afgifte). Dit is 50% van de dosis van dag 1 en u neemt 2 x daags 20 mg oxycodon - OxyContin® (gereguleerde afgifte).

### Dag 3:

U neemt 2 x daags 20 mg oxycodon - Oxy-Contin® (gereguleerde afgifte).

Deze dosering blijft u gebruiken.

- ❑ Omzetting van 6 x daags ..... mg oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte) naar 2 x daags ..... mg oxycodon - Oxy-Contin® (gereguleerde afgifte).

Voor bovenstaande omzetting volgt u onderstaand schema.

### Dag 1:

U neemt 6 x daags ..... mg oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte).

### Dag 2:

U neemt 6 x daags ..... mg oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte). Dit is 50% van de dosis van dag 1. En u neemt 2 x daags ..... mg oxycodon - OxyContin® (gereguleerde afgifte).

### Of

U neemt 3x daags ..... mg oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte). Dit is 50% van de dosis van dag 1. En u neemt 2x daags ..... mg oxycodon - OxyContin® (gereguleerde afgifte).

### Dag 3:

U neemt 2 x daags ..... mg oxycodon - OxyContin® (gereguleerde afgifte).

Deze dosering blijft u gebruiken.

### Startschema pijnstillers met gereguleerde afgifte

- U begint met 2 x daags 10 mg oxycodon - OxyContin® (gereguleerde afgifte). Bij aanhoudende of terugkerende pijn neemt u een tablet 10 mg oxycodon - OxyNorm®; (snelle afgifte) extra.

### 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 worden er uit voorzorg laxerende middelen voorgeschreven om de ontlasting op gang te houden.



Hebt u last 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. De pijn is voor de patiënt dan niet meer aanvaardbaar. Doorbraakpijn 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 oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte)
- ..... x daags 10 mg oxycodon - OxyNorm® (snelle afgifte)

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

## Aanvullende medicijnen

Soms krijgt u ook andere medicijnen voorgeschreven die eigenlijk geen pijnstillers zijn, maar in combinatie met pijnstillers wel goed kunnen helpen. Dit zijn bijvoorbeeld antidepressiva (gewoonlijk gebruikt tegen depressies, maar nu vanwege de pijn) en anti-epileptica (tegen 'vallende ziekte', maar nu vanwege de pijn). Deze medicijnen worden in dit geval voorgeschreven vanwege hun pijnstillende neveneffecten! Daarnaast zijn er middelen die bijvoorbeeld angst verminderen, uw verdriet en gevoelens van onrust temperen of u helpen beter te slapen. Ze kunnen uw leven wat aangenaamer maken.

## 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 de meeste baat hebt, bij warmte of bij kou. 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 voorkomen dat de pijn erger wordt door spierspanning. Een ontspannen gevoel zorgt er bovendien voor dat andere methoden van pijnbestrijding beter helpen. U zult denken: hoe ontspan ik me? 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 zult deze als minder sterk ervaren 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 te baas te blijven.

Door erover te praten, kunnen mensen in uw omgeving zich bovendien beter inleven in wat u voelt.

## Beschrijf de 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 kunt zeggen. Het is belangrijk dat u zelf een goed beeld hebt van uw pijn. Alleen dan is het misschien mogelijk om onder woorden te brengen wat u voelt. Als dat lukt, kunt u misschien ook meer controle over uw situatie krijgen. Uw uitleg kan tevens 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.

## Tot slot

Uw arts heeft u op een eerder moment instructie gegeven wat u moet doen als de pijn op korte termijn niet afneemt. Mocht de pijn thuis onhoudbaar worden of slecht te verdragen, neem dan contact op met uw arts. De arts is overdag te bereiken via het secretariaat van de poli Interne Geneeskunde/Hematologie/Oncologie, 's avonds en 's nachts via de Spoedeisende Hulp.

Leg de secretaresse duidelijk uit

1. dat u kanker hebt;
2. dat u pijn hebt;
3. dat de voorgeschreven pijnstilling onvoldoende helpt.

Het is handig als u uw (7-cijferige) patiëntnummer bij de hand hebt en doorgeeft. U vindt uw patiëntnummer op uw afspraakkaart.

Ook als u vragen hebt kunt u contact opnemen met het secretariaat van de poli Interne Geneeskunde/Hematologie/Oncologie. U vindt het telefoonnummer in het adreskader achterin deze folder.



**St. Antonius Ziekenhuis**

T 088 - 320 30 00

E [patienteninformatie@antoniusziekenhuis.nl](mailto:patienteninformatie@antoniusziekenhuis.nl)

[www.antoniusziekenhuis.nl](http://www.antoniusziekenhuis.nl)

**Notities:**

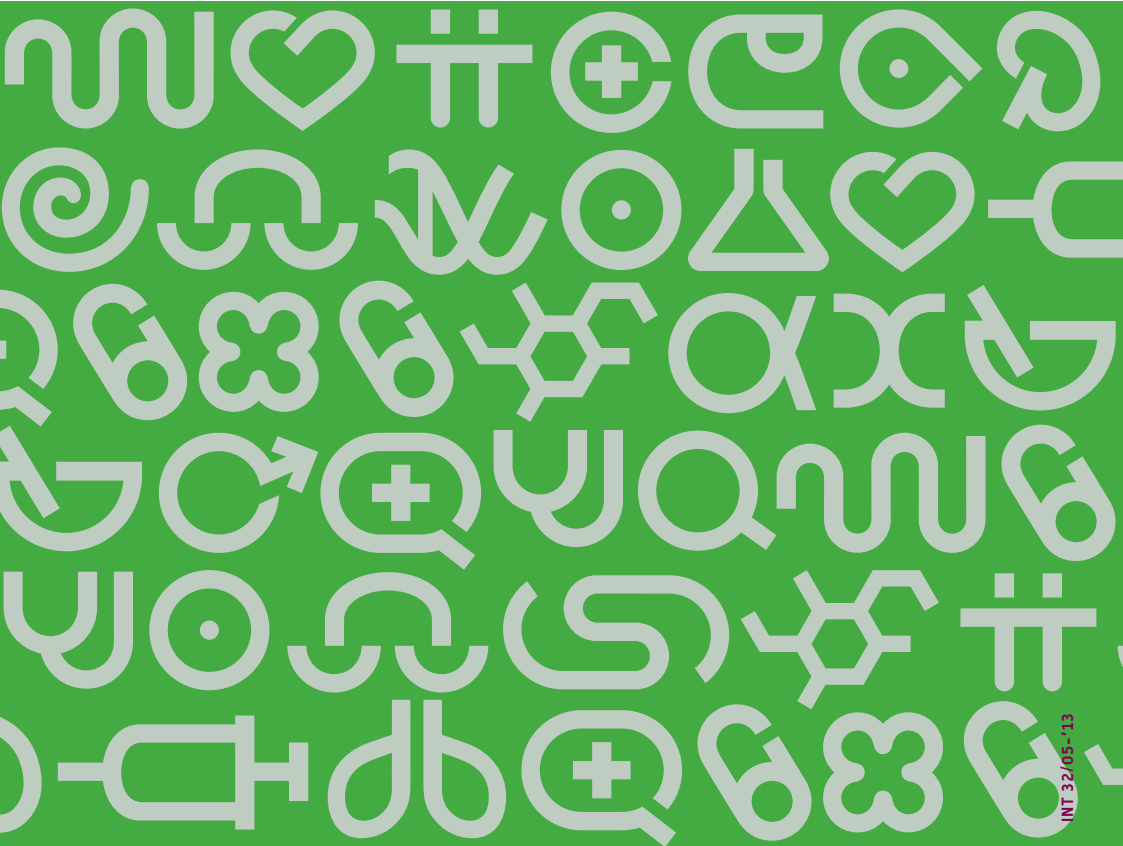
A series of horizontal dashed lines for taking notes.



Meer weten?

Ga naar [www.antoniusziekenhuis.nl](http://www.antoniusziekenhuis.nl)

Dit is een uitgave  
van St. Antonius Ziekenhuis



INT 32/05-'13

ZIEKENHUIS  
RESEARCH & DEVELOPMENT  
ACADEMIE

ST ANTONIUS

