



ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΟΥ ΙΑΤΡΕΙΟΥ ΠΟΝΟΥ ΣΤΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΠΑΙΔΩΝ «ΑΓΙΑ ΣΟΦΙΑ»

ΔΙΟΝΥΣΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ: Νοσηλεύτρια ΠΕ, MSc, PhD



ΕΙΣΑΓΩΓΗ

- Η συχνότητα του πόνου των νοσηλευόμενων παιδιατρικών ασθενών είναι συχνή καθώς ένα ποσοστό **33-82%** βιώνουν από μέτριο έως σοβαρό πόνο, κυρίως μετά από χειρουργικές επεμβάσεις ή άλλες επώδυνες καταστάσεις.
- Παρ' όλα αυτά έχει αναγνωριστεί ότι ο πόνος στους παιδιατρικούς ασθενείς δεν αξιολογείται, με αποτέλεσμα να υποθεραπεύεται ή να κακοδιαχειρίζεται, οδηγώντας έτσι σε **δυσμενή έκβαση** των ασθενών (τόσο βραχυπρόθεσμα, όσο και μακροπρόθεσμα) καθώς και σε αυξημένες **υγειονομικές δαπάνες**.

(O' Donnell F., Rosen K.2014)



- Στις ανεπτυγμένες χώρες ολοκληρωμένες υπηρεσίες αντιμετώπισης πόνου λειτουργούν ήδη εδώ και δύο δεκαετίες. Αποτελούνται από μία *διεπιστημονική ομάδα* από εξειδικευμένο ιατρονοσηλευτικό προσωπικό στην διαχείριση του πόνου αλλά και κλινικούς παιδοψυχολόγους/ παιδοψυχίατρους και φυσιοθεραπευτές.



Σκοπός :

- Είναι η καταγραφή και εκτίμηση των διαφόρων ειδών πόνου ανάλογα με τη διάρκεια (χρόνιος, οξύς), την αιτία (χειρουργικός, καρκινικός, διαδικαστικός), την κλινική κατάσταση του παιδιού (κατασταλμένα και μη) και την ηλικιακή ομάδα (νεογνά, βρέφη, παιδιά και εφήβους) στο Γενικό Νοσοκομείο Παίδων «Αγία Σοφία»
- Η πρόληψη, θεραπεία, προσαρμογή και αναπροσαρμογή της ήδη υπάρχουσας αναλγησίας (όπου χρειάζεται), σε συνεργασία με τους αναισθησιολόγους.



Απώτερος στόχος είναι:

- Η Εκπαίδευση του προσωπικού στην διαχείριση κλιμάκων πόνου.
- Η Σύνταξη πρωτοκόλλων θεραπείας
- Επανεξέταση των αποτελεσμάτων.



Επιλέγοντας κλίμακες εκτίμησης πόνου:

Πρώτα βήματα:

Εκτίμηση Καρκινικού, χειρουργικού και ορθοπεδικού πόνου

Η επιλογή των κλιμάκων βασίστηκε στην βιβλιογραφική ανασκόπηση της για το είδος του πόνου που μελετάται

Λαμβάνεται υπ' όψιν η ευκολία χρήσης της κλίμακας από το προσωπικό και τους ασθενείς.

ΚΛΙΜΑΚΑ ΕΚΤΙΜΗΣΗΣ ΠΟΝΟΥ



ΠΙΝΑΚΑΣ ΚΛΙΜΑΚΑΣ ΠΟΝΟΥ



Δεν υπάρχει καθόλου πόνος.
Αισθήματα απόλυτα φυσιολογικά.



Τα μικρά επίπεδα πόνου γενικά δεν υπερβαίνουν στις περισσότερες καθημερινές δραστηριότητες. Ικανό να προσαρμοστεί στον πόνο ψυχολογικά και με φάρμακα ή βοηθητικά μέσα όπως μαξιλάρια.

Επίπεδο 1. Σημεία πολύ ελαφρά, ελάχιστα αισθητό πόνος, όπως ένα τσίμπημα κουνουπιού ή μια φαγούρα από δηλητηριώδη κισσό. Κυρίως, παύει δεν σκέφτεσαι τον πόνο.

Επίπεδο 2. Μικρή ενόχληση, όπως το ελαφρό τσίμπημα της πτυχής του δέρματος μεταξύ του αντιχειρά και του πρώτου δακτύλου με το άλλο χέρι, χρησιμοποιώντας τα νύχια. Οι άνθρωποι μπορούν να αντιδράσουν διαφορετικά σε αυτό το επίπεδο.

Επίπεδο 3. Είναι ανεκτό αλλά πολύ αισθητό, όπως ένα τυχαίο κάψαμο, ένα χτύπημα που προκαλεί ματωμένη μύτη ή ένας γιατρός που σας κάνει ένεση. Ο πόνος δεν είναι τόσο δυνατός που δεν μπορείτε να τον συνιθίσετε. Τελικά, δεν παρατηρεί τον πόνο καθώς έχετε προσαρμοστεί σε αυτόν.



Τα μέτρια επίπεδα πόνου υπερβαίνουν σε πολλές καθημερινές δραστηριότητες. Αυτό τα επίπεδα πόνου συνήθως απαιτούν αλλαγές στον τρόπο ζωής, αλλά μπορείτε να παραμείνετε ανεξάρτητοι. Ωστόσο, δεν μπορείτε να προσαρμοστείτε στον πόνο.

Επίπεδο 4. Ενόχλητικός, δυνατός, βαθύς πόνος, όπως ένας μέσος μονόδοντος, ο αρχικός πόνος από τσίμπημα μέλισσας ή μικρό τραύμα σε μέρος του σώματος, όπως το να σφίξετε δυνατά το δάχτυλό σας. Αισθάνεσαι συνεχώς τον πόνο και δεν μπορείς να προσαρμοστείς πλήρως. Αυτό το επίπεδο πόνου μπορεί να προσαρμοστεί τομπίωντας την πτυχή του δέρματος μεταξύ του αντιχειρά και του πρώτου δακτύλου με το άλλο χέρι, χρησιμοποιώντας τα νύχια και πιέζοντας δυνατά. Σημειώστε πως ο προσαρμοσμένος πόνος είναι αρχικά διαπραγματικός αλλά γίνεται βαρύτες μετά από αυτό.

Επίπεδο 5. Πολύ αδυνητός, ισχυρός, βαθύς, διαπραγματικός πόνος, όπως ένα διάστρεμμα στον αστραγάλο όταν σπείκετε λάθος ή ήπιος πόνος στην πλάτη. Ο πόνος είναι τόσο αισθητός, που ο κανονικός τρόπος ζωής σας περιορίζεται. Οι προσωρινές διαταραχές προσωπικότητας είναι συχνές.

Επίπεδο 6. Έντονος πόνος, δυνατός, βαθύς και διαπραγματικός. Ο πόνος είναι τόσο δυνατός που φαίνεται να κυριαρχεί εν μέρη στις αισθήσεις σας, με αποτέλεσμα να σκέφτεσαι κάπως ασαφής. Σε αυτό το σημείο, αρχίζετε να δυσκολεύεσαι να κρατήσετε μια δουλειά ή να διατηρήσετε κανονικές κοινωνικές σχέσεις. Συγκρίσιμο με έναν κακό πονοκέφαλο χωρίς ημερανία σε συνδυασμό με πολλά τσιμπήματα μέλισσας ή έναν κακό πόνο στην πλάτη.



Τα επίπεδα έντονου πόνου σημαίνουν ότι δεν μπορείτε να συμμετάσχετε σε κανονικές δραστηριότητες. Ο ασθενής θεωρείται ανάπηρος και δεν μπορεί να λειτουργήσει ανεξάρτητα.

Επίπεδο 7. Πολύ έντονος πόνος. Σχεδόν το ίδιο με το επίπεδο 6, εκτός από τον πόνο, κυριαρχεί πλήρως στις αισθήσεις σας με αποτέλεσμα να σκέφτεσαι ασαφής τις μερικές φορές. Σε αυτό το σημείο, είστε ουσιαστικά ανάπηρος και συχνά δεν μπορείτε να ζήσετε μόνος. Συγκρίσιμο με μια μέση ημερανία.

Επίπεδο 8. Φρενός πόνος. Ο πόνος που νιώθετε είναι τόσο έντονος που δεν μπορείτε πλέον να σκεφτείτε καθαρά και συχνά έχετε υποστεί σοβαρές αλλαγές προσωπικότητας εάν ο πόνος είναι παρών για μεγάλο χρονικό διάστημα. Η αυτοκτονία συχνά μελετάται και μερικές φορές δοκιμάζεται. Συγκρίνετα με τον τοκετό ή με μια φοικη ημερανία.

Επίπεδο 9. Βασανιστικός πόνος, τόσο έντονος που δεν μπορείτε να τον ανεχτείτε και χρειάζεσαι παυσίπονα ή χειρουργική επέμβαση, ανεξάρτητα από τις παρενέργειες ή τον κίνδυνο. Αν αυτό δεν λειτουργήσει, η αυτοκτονία είναι συχνή αφού δεν υπάρχει πια χαρά στη ζωή. Συγκρίσιμο με τον κορτίνο του Αιζού.

Επίπεδο 10. Αρρώστιας πόνος. Αυτό το επίπεδο πόνου είναι τόσο έντονο που θα πέρασε ανεκτός, σύντομα. Οι περισσότεροι άνθρωποι δεν έχουν βιώσει ποτέ αυτό το επίπεδο πόνου. Όταν έχουν υποστεί ένα σοβαρό απόστημα, όπως ένα τοκοσμένο χέρι, και έχουν χάσει τις αισθήσεις τους λόγω του πόνου και όχι της απώλειας αίματος, έχουν βιώσει το επίπεδο 10.



1. Ημερομηνία συμπλήρωσης: _____
2. Ποιος συμπληρώνει το ερωτηματολόγιο: Το παιδί Ο/Η Κηδεμόνας
3. Φύλο ασθενούς: Αγόρι Κορίτσι
4. Ημερομηνία Γέννησης του παιδιού: _____
- Υπηκοότητα: Ελληνική Άλλη : _____

Κλίμακα: FLACC 0-3χρονών

ημερομηνία	Σκορ
Face 0- καμία ιδιαίτερη έκφραση/χαμόγελο 1- περιστασιακή γκριμάτσα ή σμίξιμο φρυδιών/ αποσυρμένο /δε δείχνει ενδιαφέρον 2- Συνεχές ή συχνό τρέμουλο στο σαγόني/ σφιγμένο σαγόني	
Legs 0- φυσική στάση/ χαλαρά 1- ανήσυχα, σε συνεχή κίνηση/ σε ένταση 2- κλοτσάει ή μαζεύει τα πόδια ψηλά	
Activity 0- κάθεται ήσυχο/ φυσική στάση, κινείται με ευκολία 1- χτυπιέται/πιγαίνει μπρος πίσω/ σε ένταση 2- στάση κορμού σε τόξο/ άκαμπτο/πετάγεται	
Cry 0- δεν κλαίει 1- βογκάει κλαψουρίζει/ παραπονιέται περιστασιακά 2- κλαίει συνέχεια/ ουρλιάζει ή έχει αναφιλητά/ παραπονιέται συχνά	
Consolability 0- χαρούμενο/ ήρεμο 1- ηρεμεί όταν το χαιδεύουν, αγκαλιάζουν/ του μιλάνε/ αποσπάται εύκολα η προσοχή του 2- Δύσκολα παρηγοριέται ή ησυχάζει	
ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΣΚΟΡ	



Δράση:

- Καθημερινή επίσκεψη στα τμήματα αναφοράς (rounds)
- Ενημέρωση, από το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό για την πορεία των ασθενών (κυρίως όσον αφορά τον πόνο).
- Άμεση επικοινωνία με την ομάδα αναισθησιολόγων για την σχεδίαση της αναλγητικής θεραπείας.
- Χορήγηση φαρμάκων ή βοήθεια στην εφαρμογή άλλων θεραπειών
- Παρακολούθηση ασθενών και διασφάλισης αποτελεσματικότητας θεραπείας.
- Ενημέρωση του νοσηλευτικού εντύπου εκτίμησης πόνου
- Διατήρηση αρχείου πόνου.



Επιθυμητό αποτέλεσμα:

Η ανακούφιση του ασθενούς από τον πόνο, η βελτίωση της ποιότητας ζωής του, η διατήρηση της ψυχικής του υγείας και η γρήγορη επαναφορά στις καθημερινές του δραστηριότητες.



Σας ευχαριστώ