

Острая боль

Облегчение боли при хирургической операции или медицинской процедуре

В сотрудничестве с Вами и Вашим ребенком мы сделаем все возможное для *предотвращения и ослабления боли*.

Острая боль продолжается недолго и обычно успокаивается через некоторое время. Предлагаемая информация описывает способы, как облегчить боль, которую может испытывать Ваш ребенок после операции, травмы, процедуры или побочных явлений при лечении. Могут быть кратковременные и долговременные последствия, когда боль не лечится вообще или лечится недостаточно. Эффективная борьба с болью поможет Вашему ребенку быстрее почувствовать себя лучше.

Как мой ребенок покажет, что испытывает боль?

Каждый ребенок реагирует на боль по-своему. Дети могут быть спокойными и менее активными либо беспокойными и легко возбудимыми. Они могут потерять аппетит или изменить режим сна.

Мы регулярно измеряем интенсивность боли, используя шкалу боли, которая приводится в соответствие с уровнем развития Вашего ребенка. Для дополнительной информации см. брошюру «Оценка боли у детей» ([Assessing Children's Pain](#)).

Самое лучшее для детей, если они будут сами сообщать о боли. Мы просим детей описать, где болит, как сильно болит, что ослабляет или усиливает боль и как они ее ощущают.

Что можно сделать, чтобы облегчить боль?

Наша цель – предотвратить боль, если это возможно. Спросите, следует ли ожидать боль и что будет сделано для ее предотвращения. Если боль не была предотвращена, необходимо принять меры раньше, чем она усилится. Раннее ослабление боли сделает Вашего ребенка более спокойным, увеличит его активность, сделает более сильным и будет способствовать заживлению. Кроме того раннее лечение боли приводит к уменьшению использования болеутоляющих лекарств.

Мы будем использовать лекарства и другие способы лечения боли. Так как боль – явление сложное, и реакция каждого пациента разная, самое лучшее, возможно, состоит в использовании нескольких методов одновременно.

Вы знаете Вашего ребенка лучше всего. Мы призываем Вас принять активное участие в выздоровлении Вашего ребенка. Поговорите с Вашей лечебной бригадой о том, как Ваш ребенок показывает боль и как добиться, чтобы Ваш ребенок чувствовал себя комфортно.

Лекарства

Если правильно использовать болеутоляющие лекарства, они безопасны и эффективны. Количество болеутоляющего лекарства зависит от веса Вашего ребенка, вида боли и состояния здоровья. Лекарство при несильной боли чаще всего дают через рот. Лекарства Acetaminophen (Tylenol) или Ibuprofen (Advil или Motrin) часто используют при этом виде боли. Они хорошо действуют в борьбе с болью даже после операции.

При умеренной или сильной боли мы можем выписать более сильное болеутоляющее лекарство, такое как Morphine или Oxycodone. Мы можем давать лекарство посредством внутривенного вливания (см. брошюру «[PCA: Patient Controlled Analgesia](#)») или непосредственно вблизи нервов, передающих сигналы боли (см. брошюры «[Regional Analgesia](#)», «[Peripheral Nerve Continuous Infusion](#)» или «[Epidural Catheters](#)»). Часто для предотвращения и лечения боли используют комбинацию лекарств. Важно, чтобы Вы работали со своей лечебной бригадой и обсуждали, какое болеутоляющее лекарство лучше подходит для Вашего ребенка. Должна соблюдаться осторожность, так как даже обычные лекарства, продаваемые без рецептов, такие как Acetaminophen или Ibuprofen, могут взаимодействовать с определенными выписываемыми лекарствами или медицинскими состояниями пациента.

Примеры методов для предотвращения и лечения боли:

- При продолжающейся боли лучше всего давать болеутоляющее лекарство регулярно. После операции болеутоляющее лекарство часто назначают через каждые несколько часов. В зависимости от процедуры и нужд Вашего ребенка такое расписание может продолжаться в течение 3 или 4 дней после выписки домой.
- Перед началом внутривенных вливаний, анализов крови, инъекций и доступа к подкожным вводам можно заранее использовать крем (LMX-4), вызывающий онемение, чтобы помочь уменьшить боль от иглы. Другим локальным анестезирующим средством является J-tip – система для быстрого введения лекарства, вызывающего онемение, через кожу без использования игл.
- Для некоторых процедур может быть рекомендовано седативное средство. Поговорите об этом с лечащей бригадой Вашего ребенка.

Не привыкнет ли мой ребенок к болеутоляющему лекарству?

Если давать лекарство как предписано, дети не привыкают к болеутоляющему лекарству. Когда дети нуждаются в долговременной борьбе с болью, их организм может привыкнуть к лекарству (стать толерантным) и требовать повышенной дозы болеутоляющего лекарства для получения того же результата. Так как организм привыкает получать эти лекарства, при уменьшении боли следует медленно снижать дозу, чтобы избежать дискомфорта после отмены лекарства.

Другие методы

В дополнение к лекарству существуют другие способы облегчения боли.

- **Изучите как Ваш ребенок справляется с болью:** Зная, как Ваш ребенок справляется с болью, разработайте план, чтобы реагировать на его страхи. Некоторые дети предпочитают наблюдать и быть частью процесса, для того чтобы осуществлять некоторый контроль за болезненными ситуациями. Другим детям лучше, если их отвлечь от происходящего. Для этих детей могут быть полезны дыхательные упражнения или изображения. Обязательно сосредоточьтесь на том, как Ваш ребенок справляется с болью, а не только на Вашем собственном представлении, признавая, что эти представления могут различаться.
- **Пеленание:** младенцам может быть удобно быть плотно завернутыми в одеяло, это поможет им чувствовать себя спокойно и безопасно.
- **Вода с сахаром (с сахарозой):** Младенцам можно давать воду с сахаром перед процедурой, чтобы уменьшить боль.
- **Положение:** Начиная ходить можно подержать на руках, чтобы помочь им чувствовать себя комфортно. Для данной конкретной процедуры, которая проводится, спросите можно ли держать в поддерживающем положении, таком как «грудь к груди».
- **Терапия с помощью игр и занятий изобразительным искусством:** Эти способы терапии меньше рассчитаны на речь и могут отвлекать так же, как повышенная способность преодоления.

Как я могу помочь моему ребенку, испытывающему боль?

Поддерживайте Вашего ребенка: будьте инструктором, обеспечивайте покой и помогайте раскрыть то, что лучше всего действует, чтобы принести Вашему ребенку облегчение.

- Знайте, что работа по борьбе с болью должна проводиться всеми, кто ухаживает за Вашим ребенком. Поговорите с Вашей лечебной бригадой о том, как Ваш ребенок показывает боль и что, как Вам кажется, может помочь.
- Верьте, что Вашему ребенку больно, и реагируйте немедленно.
- Акцентируйте внимание на позитивных способах, которые делают Вашего ребенка более расслабленным. Поддерживайте усилия Вашего ребенка по преодолению последствий тяжелых процедур и боли. Расскажите, что делают другие для облегчения боли.
- Помните, что Ваш ребенок может чувствовать Вашу тревогу.
- Знайте, что Вы можете покинуть помещение во время болезненной процедуры. Если Вы остаетесь, Вы можете спросить, каким образом Вам принять участие в поддержке Вашего ребенка.

Для дополнительной информации

- С понедельника по пятницу с 8 утра до 5 вечера, пожалуйста, звоните в офис Вашего хирурга
- После 5 вечера, по субботам и воскресениям, пожалуйста, звоните по тел. 206-987-2000 и просите дежурного медработника, замещающего Вашего хирурга.

Какие существуют дополнительные источники помощи?

Если у Вашего ребенка боль не утихает или продолжается дольше, чем ожидалось, свяжитесь с врачом Вашего ребенка. Кроме этого поговорите с лечебной бригадой Вашего ребенка, чтобы получить информацию о других источниках помощи, которые могут включать:

- Бригаду по обезболивающим лекарствам 206-987-2704
- Специалистов по работе с детьми 206-987-2037
- Центр помощи для семьи 206-987-2201

У вас есть вопросы?

Все члены лечебной бригады будут работать с Вами и Вашим ребенком, чтобы облегчить боль. Дайте знать Вашей лечебной бригаде в любое время, если у Вас есть вопросы или отзывы.

Бесплатные переводческие услуги

- Находясь в больнице, попросите медсестру Вашего ребенка.
- Извне больницы позвоните по бесплатной переводческой линии для семьи 1-866-583-1527. Назовите переводчику нужное Вам имя или добавочный номер.
- Глухие или плохо слышащие могут позвонить по тел. 206-987-2280 (TTY).

Seattle Children's предлагает бесплатные переводческие услуги для глухих, плохо слышащих или не говорящих по-английски пациентов, членов семей и законных представителей. По желанию, Seattle Children's сделает эту информацию доступной в других форматах. Позвоните в Центр помощи для семьи по тел. 206-987-2201.

Данный текст был проверен персоналом клиники Seattle Children's. Однако нужды Вашего ребенка индивидуальны. Перед тем, как действовать или полагаться на данную информацию, пожалуйста, переговорите с основным лечащим врачом Вашего ребенка.

© 2008-2011 Seattle Children's Hospital, Seattle, Washington. Все права сохраняются



Acute Pain

Pain relief for a surgery or medical procedure

In partnership with you and your child, we are committed to the *prevention and relief* of pain as completely as possible.

Acute pain is short-lasting and usually gets better over time. The following information describes how to improve the pain your child may feel after a surgery, injury, procedure, or side effects of treatment. There can be short- and long-term consequences when pain is not treated at all, or not treated enough. Effective pain control will help your child get better faster.

How will my child show pain?

Every child reacts to pain differently. Children may be quiet and less active, or restless and easily upset. They may lose their appetite or change sleep patterns.

We regularly measure the intensity of pain by using a pain scale that matches the developmental level of your child. For more information see [Assessing Children's Pain](#) handout.

It is best for children to report their own pain. We ask them to describe where it hurts, how much it hurts, what makes it better or worse, and what it feels like to them.

What can be done to relieve pain?

Our goal is to prevent pain when possible. Ask if pain is to be expected and what will be done to prevent it. When pain is not prevented, it should be responded to early before it becomes more severe. Relieving pain early will make your child more comfortable, increase activity and strength, and promote healing. In addition, treating pain early leads to less use of pain medicines overall.

We will use medicine and other strategies to treat pain. Because pain is complex and each person's response is different, it may be best to use more than one method at the same time.

Medicines

When used appropriately, pain medicines are safe and effective. The amount of pain medicine depends on your child's weight, type of pain and health. Medicine for mild pain is most often given by mouth. Acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil or Motrin) are often used for this type of pain. They work very well to control pain, even pain after surgery.

For moderate or severe pain, we may prescribe a stronger type of pain medicine such as morphine or oxycodone. We may give medicines through an IV (see [PCA: Patient Controlled Analgesia](#) handout) or directly near the nerves that carry the pain messages (see [Regional Analgesia](#), [Peripheral Nerve Continuous Infusion](#) or [Epidural Catheters](#) handouts).

You know your child best. We encourage you to take an active part in your child's recovery. Talk with your care team about how your child shows pain and what works to comfort your child.

A combination of medicines is often used to prevent and treat pain. It is important to work with your care team to discuss pain medicines that will work best for your child. Care must be taken, as even common over-the-counter medicines, such as acetaminophen or ibuprofen, can interact with certain prescriptions or medical conditions.

Examples of methods for preventing and treating pain:

- For pain that is ongoing, it is best to give pain medicine regularly. After surgery, pain medicine often is ordered every few hours. This schedule may continue for 3 or 4 days after your child goes home, depending on the procedure and your child's needs.
- For IV starts, blood tests, injections, and port access, numbing cream (LMX-4) can be put on the skin ahead of time to help reduce needle pain. Another topical anesthetic is J-tip, which is a system for quickly delivering numbing medicine through the skin without the use of needles.
- Sedation may be recommended for some procedures. Talk with your child's care team.

Will my child become addicted to pain medicine?

When given appropriately, children do not become addicted to pain medicine. When children need long-term pain control their bodies may get used to the medicine (become tolerant) and need a higher dose of pain medicine to get the same pain relief. Because the body becomes used to having these medicines, when the pain improves, the dose is slowly reduced to prevent discomfort from withdrawal.

Other strategies

In addition to medicine, there are other ways to relieve pain.

- **Coping style:** Learn your child's coping style and develop a plan to respond to their fears. Some children prefer to watch and be a part of the process in order to have some control over painful situations. Other children do better with being distracted away from the situation. For these children, breathing or imagery may be useful. Make sure you focus on your child's style of coping and not just your own, recognizing that these may be different.
- **Swaddling:** Infants may be comforted by being wrapped snugly in a blanket to help them feel calm and secure.
- **Sugar water (sucrose):** Young infants may be given sugar water before a painful procedure to reduce pain.
- **Positioning:** Toddlers may be held during painful procedures to help with comfort. Ask about supportive positioning such as "chest to chest" for the specific procedure being done.
- **Therapeutic play and art therapies:** These therapies rely less on language and can provide distraction as well as promote coping.

To Learn More

- Monday through Friday, 8 a.m. to 5 p.m., please contact your surgeon's office.
- After 5 p.m. and on Saturday and Sunday, please call 206-987-2000 and ask for your surgeon's on-call provider.

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your child's nurse.
- From outside the hospital, call the toll-free Family Interpreting Line 1-866-583-1527. Tell the interpreter the name or extension you need.
- For Deaf and hard of hearing callers 206-987-2280 (TTY)

How can I help my child with pain?

Support your child: be a coach, provide comfort and help discover what works best to give your child relief.

- Know that the job of pain control belongs to everyone caring for your child. Talk your healthcare team about how your child shows pain and what seems to help.
- Believe that your child is hurting and respond right away.
- Emphasize the positive ways your child can become more relaxed. Support your child's efforts to cope with distressing procedures and pain; tell what others are doing to relieve their pain.
- Keep in mind that your child may sense your anxiety.
- Know that you may choose to leave the room during a painful procedure. If you choose to stay, you may ask for ways to participate in supporting your child.

What are some additional resources?

If your child has unrelieved pain or pain continues longer than expected, contact your child's doctor. In addition, talk to your child's care team for information about other resources. These may include:

- Pain Medicine Team 206-987-2704
- Child Life Specialists 206-987-2037
- Family Resource Center 206-987-2201

Questions?

All team members are committed to partner with you and your child to improve pain. Let your care team know if you have questions or feedback at any time.

Seattle Children's offers interpreter services for Deaf, hard of hearing or non-English speaking patients, family members and legal representatives free of charge. Seattle Children's will make this information available in alternate formats upon request. Call the Family Resource Center at 206-987-2201.

This handout has been reviewed by clinical staff at Seattle Children's. However, your child's needs are unique. Before you act or rely upon this information, please talk with your child's healthcare provider.

© 2008-2011 Seattle Children's, Seattle, Washington. All rights reserved.
