

Pancreatitis aguda

Cómo prevenir y aliviar el dolor de la pancreatitis

Este folleto describe cómo ayudar a su hijo con el dolor que puede causar la pancreatitis.

El dolor agudo es de corta duración y generalmente mejora con el tiempo. Puede haber consecuencias a corto y largo plazo cuando el dolor no se trata o no se trata suficiente bien. El control efectivo del dolor ayudará a que su hijo mejore antes. Trabajamos en conjunto, con usted y su hijo, para prevenir y aliviar el dolor tanto como sea posible.

¿Cómo puedo saber si mi niño tiene dolor?

Cada niño reacciona diferente ante el dolor. El dolor pancreático de su hijo puede:

- Variar de leve a intenso
- Extenderse hacia la espalda
- Empeorar cuando come
- Volverse constante

Otros síntomas comunes relacionados con el dolor incluyen:

- Náuseas y vómitos
- No quiere comer ni beber
- Diarrea
- Vientre hinchado si hay acumulación de líquido alrededor del páncreas
- Fiebre

El vientre de su hijo puede estar dolorido al tacto y tener acelerados el corazón y el pulso.

¿Cómo medir el dolor de mi hijo?

Normalmente, usamos una escala de dolor correspondiente al nivel de desarrollo. Más información en el folleto informativo "Evaluación del dolor del niño" en seattlechildrens.org/pdf/PE952S.pdf

Lo mejor es que su hijo reporte su propio dolor pidiendo que muestre dónde le duele, cuánto duele, qué lo mejora o empeora el dolor y cómo lo siente.

Más Información

- Gastroenterología
206-987-2521
- Consulte con el proveedor de atención médica de su niño
- seattlechildrens.org

Servicio gratuito de intérprete

- En el hospital solicítelo a la enfermera.
- Fuera del hospital, llame a la línea gratuita de interpretación: 1-866-583-1527. Dígame al intérprete el nombre o la extensión que necesita.



¿Qué se puede hacer para prevenir y aliviar el dolor?

Nuestro objetivo es prevenir el dolor siempre que sea posible. Pregunte si es posible que tenga dolor y qué se hará para prevenirlo.

Si no se puede prevenir el dolor, hay que controlarlo antes de que empeore. El alivio precoz (cuanto antes) del dolor hará que su hijo se sienta mejor, aumente su actividad, se sienta más fuerte y ayudará en su recuperación. Tratando el dolor lo antes posible también ayudará a usar menos analgésicos en general.

Usamos medicamentos y otras estrategias para tratar el dolor. Como el dolor es algo complejo y cada persona responde de manera diferente, muchas veces lo mejor es combinar varios métodos.

Medicamentos para el dolor

Cuando se usan apropiadamente, los analgésicos no hacen daño y son efectivos. La cantidad necesaria de medicamento para el dolor depende del peso, tipo de dolor y el estado de salud de su hijo.

Los medicamentos para el dolor leve generalmente se administran por vía oral. Los medicamentos de venta libre como acetaminofeno (Tylenol) o ibuprofeno (Advil o Motrin) se usan a menudo para este tipo de dolor y funcionan muy bien. Para dolor moderado o intenso podemos recetar analgésicos más fuertes, como oxicodona (*oxycodone*). En general, se usa una combinación de medicamentos para prevenir y tratar el dolor.

Es importante que hable con el equipo de atención médica de su hijo sobre los analgésicos que mejor efecto hacen a su hijo. Incluso medicamentos de venta libre, hasta los comunes como acetaminofén o ibuprofeno, pueden interactuar con ciertos medicamentos o afecciones médicas. Consulte con el proveedor de atención médica de su hijo antes de darle cualquier tipo de medicamento y siempre siga las instrucciones del envase o la tabla de dosificación que le dé su proveedor médico.

Para el dolor constante es mejor administrar la medicina con horario fijo.

Para algunos procedimientos se puede recomendar sedación junto con alivio del dolor. Hable con el equipo de atención médica.

¿Se hará adicto mi niño a los medicamentos para el dolor?

Cuando se administran y monitorean adecuadamente, los niños no se vuelven adictos a los analgésicos. El cuerpo puede acostumbrarse al medicamento si es necesario que lo tome a largo plazo y las dosis son más altas para lograr el mismo alivio. Como el cuerpo se acostumbra a tomarlos, cuando el dolor mejora, la dosis se reduce lentamente para evitar problemas de abstinencia.

Cremas anestésicas para el dolor

Para vías intravenosas, análisis de sangre, inyecciones y acceso al puerto, se puede aplicar con anticipación una crema anestésica (LMX-4) en la piel para reducir el dolor de la aguja.

Otro anestésico tópico es el J-tip, que es un sistema para administrar rápidamente medicamento anestésico a través de la piel sin el uso de agujas.

Como aliviar el dolor sin medicinas

Además de las medicinas, hay otras maneras de aliviar el dolor.

Enfoque cognitivo conductual

Muchos niños pueden aprender distintos métodos para controlar su propio dolor y cómo les afecta. Los psicólogos pueden enseñar estas técnicas y adaptarlas a las necesidades de su hijo.

Estrategias de autorregulación

Los niños pueden usar muchos métodos para distraerse del dolor o cambiar la experiencia, lo que puede disminuir o eliminar el dolor. Entre estos métodos están las técnicas de respiración, relajación muscular, imágenes guiadas y autohipnosis.

Afrontamiento y resolución de problemas

A menudo, los niños con dolor deben aprender a adaptarse para hacer sus actividades a pesar del dolor que sienten. Es más común para niños con dolor crónico o recurrente, en lugar de ser víctimas del dolor, usan métodos para hacerle frente y resolver el problema. Nosotros enseñamos estos métodos junto con otros tipos de tratamiento que pueden ser muy útiles para su hijo.

¿Cómo puedo ayudar a mi niño con su dolor?

Apoyar, guiar y consolar puede ayudar a descubrir el mejor método para aliviar el dolor.

- Tenga presente que todos los que atienden a su hijo tienen la tarea de ayudar a controlar el dolor. Hable con el equipo de atención médica para explicarles cómo demuestra el dolor y que es lo que mejor le ayuda a superarlo.
- Enfóquese en métodos positivos que su hijo puede usar para relajarse. Apoye el esfuerzo que su hijo hace para el dolor y los enfrentar procedimientos dolorosos, comparta lo que hacen los demás para ayudar a aliviar el dolor.
- Tenga en cuenta que su hijo puede sentir la ansiedad que usted sienta.
- Sepa que si sale del cuarto durante un procedimiento doloroso puede ser una ayuda para su hijo.
- Si decide quedarse, puede preguntar de qué manera apoyar a su hijo.

¿Dónde se deben guardar las medicinas para el dolor?

Como prevención de riesgos para toda familia, guarde siempre los medicamentos bajo llave o en un lugar de difícil acceso. Ya sea a propósito o por accidente, puede ser muy peligroso tomar medicamentos sobrantes para el dolor o de otro tipo.

Más información sobre cómo desechar de manera segura los medicamentos recetados que han sido usados, incluyendo analgésicos, en nuestro folleto informativo "Cómo desechar los medicamentos sin usar" en

seattlechildrens.org/pdf/PE784S.pdf

Ubique un lugar donde desechar medicamentos cerca de su casa takebackyourmeds.org

¿Qué otros recursos y servicios pueden ayudar?

Si su hijo tiene un dolor que no se alivia o que dura más de lo esperado, comuníquese con su médico. También, hable con el equipo de atención médica para obtener información sobre otros recursos y servicios que pueden incluir:

- Medicina del Dolor 206-987-1520
- Gastroenterología 206-987-2521
- Especialistas de Vida Infantil (Child Life) 206-987-2037
- Más información sobre cómo apoyar a su hijo durante una cirugía o cuándo reciba inyecciones:

[Cómo será el día de la cirugía en el Centro de Cirugía de Seattle Children's](#)

- Cómo reducir el dolor y la ansiedad provocados por las agujas seattlechildrens.org/pdf/PE1166S.pdf

Conozca a su equipo de especialistas en dolor

Todos los que forman el equipo de especialistas en dolor están comprometidos a colaborar con usted y su hijo para aliviar el dolor. Informe a su equipo de atención médica si tiene preguntas o comentarios en cualquier momento.

- Dr. Gary A. Walco, PhD, Director de Medicina del Dolor
- Dr. See Wan Tham, MB BS, doctor de Medicina del Dolor
- Annette Anderson, ARNP, enfermera avanzada de Medicina del Dolor

Pancreatitis Acute Pain

How to prevent and relieve pain from pancreatitis

This handout describes how to help your child with pain they may have with pancreatitis.

Acute pain is short-lasting and usually gets better over time. 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. We partner with you and your child to prevent and relieve pain as completely as possible.

How will my child show pain?

Every child reacts to pain differently. Your child's pancreatic pain can:

- Range from mild to severe
- Spread to the back
- Get worse with eating
- Become constant

Other common symptoms of pain include:

- Nausea and vomiting
- Food or liquid refusal
- Diarrhea
- Swollen belly if fluid collects around the pancreas
- Fever

Your child's belly may be tender if pressed on and they may have a fast heartbeat and pulse.

How do you assess how much my child is hurting?

We regularly measure the intensity of pain by using a pain scale that matches the developmental level of your child. For more information see our handout "Assessing Children's Pain" at

seattlechildrens.org/pdf/PE952.pdf.

It is best for your child 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.

To Learn More

- Gastroenterology
206-987-2521
- Ask your child's healthcare provider
- seattlechildrens.org

Free Interpreter Services

- In the hospital, ask your 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.

What can be done to prevent and 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. Treating pain early can also lead to less use of pain medicines overall.

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

Medicines to help with pain

When used appropriately, pain medicines are safe and effective. The amount of pain medicine needed depends on your child's weight, type of pain and health.

Medicine for mild pain is most often given by mouth. Over-the-counter medicines like acetaminophen (Tylenol) or ibuprofen (Advil or Motrin) are often used for this type of pain. They work very well to control pain. For moderate or severe pain, we may prescribe a stronger type of pain medicine such as oxycodone. A combination of medicines is often used to prevent and treat pain.

It is important to work with your child's care team to discuss pain medicines that will work best for your child. Even common over-the-counter medicines, such as acetaminophen or ibuprofen, can interact with certain prescriptions or medical conditions. Check with your child's healthcare provider first before giving any type of medicine to your child and always follow the directions on the bottle or dosing table given to you by the provider.

For pain that is ongoing, it is best to give pain medicine regularly on a schedule.

Sedation along with pain relief may be recommended for some procedures. Talk with your child's care team.

Will my child become addicted to pain medicine?

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

Numbing creams to help with pain

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.

Non-medicine ways to help with pain

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

Cognitive-behavioral approaches

Many children may learn methods to help control their own pain and its impact. Psychologists often teach these methods, tailored to your child's needs.

Self-regulatory strategies

Children can use many methods to distract themselves from pain or change their pain experience. This may lessen or get rid of the pain. These methods include breathing techniques, muscle relaxation, guided imagery, and self-hypnosis.

Coping and problem solving

Often, children with pain need to learn ways to adapt and do regular activities even though they have pain. This is most true for children with chronic or recurrent pain. Rather than being victims of their pain, they can use methods to cope with challenges and solve problems. We teach these methods along with using other treatment approaches that may help with your child's condition.

How can I help my child with pain?

Support your child, 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 to your child's healthcare team about how your child shows pain and what seems to help.
- 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.

Where should I keep pain medicines?

To keep your family safe, store medicines inside a locked cabinet or location where others cannot easily get to them. Taking leftover pain or other medicines on purpose or by accident, can be very dangerous.

For more information about safe disposal of unused prescription medications including pain medications, read our handout "How to Get Rid of Unused Prescription Medicines" at

seattlechildrens.org/pdf/PE784.pdf

To find a take back place near you visit takebackyourmeds.org.

What are some other 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 Clinic 206-987-1520
- Gastroenterology Clinic 206-987-2521
- Child Life Specialists 206-987-2037

Visit the webpages below to read more about how to support your child during surgery and when getting shots:

- What to Expect on Your Surgery Day at Seattle Children's Surgery Center
seattlechildrens.org/patients-families/surgery/preparing-your-child
- Reducing the Pain and Anxiety of Needles
seattlechildrens.org/pdf/PE1166.pdf

Meet your pain team

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.

- Gary A. Walco, PhD, Director, Pain Medicine
- See Wan Tham, MB BS, Pain Medicine doctor
- Annette Anderson, ARNP, Pain Medicine nurse practitioner