

Pijnmedicatie afbouwen

Deze folder geeft u informatie over de pijnstillers die u thuis eventueel nog moet gebruiken, adviezen over het tijdstip van innemen en instructies voor het afbouwen van de pijnstillers.

U bent opgenomen in Adrz en mag binnenkort weer naar huis. U krijgt een recept mee voor één of meer van de onderstaande medicijnen. Als u last krijgt van (bij)verschijnselen, is het verstandig contact op te nemen met uw huisarts.

Pijnstillers, maagbeschermers en laxantia

Werking en tips voor gebruik:

- Paracetamol heeft een pijnstillende en koortsverlagende werking. Neem de tabletten in met een tussentijd van ongeveer zes uur. Bijvoorbeeld drie keer tussen de maaltijden door en voor het naar bed gaan. U hoeft er niet voor uit bed te komen.
- Diclofenac/Naproxen/Ibuprofen (NSAID's) remmen ontstekingen, werken pijnstillend en koortsverlagend. Gebruik deze middelen niet door of naast elkaar en verdeel de tabletten goed over de dag. Neem ze bij voorkeur in tijdens de maaltijd en met een tussentijd van ongeveer acht uur. Bent u bekend met maagklachten of een verminderde functie van uw nieren, geef dit dan door aan uw arts of verpleegkundige.
- Pantoprazol/Omeprazol beschermen de maagwand (maagbeschermers). Uw arts beoordeelt of u een maagbeschermer moet nemen in combinatie met de NSAID. Neem elke dag dat u Diclofenac, Naproxen of Ibuprofen inneemt tegelijkertijd de maagbeschermer in.
- Tramadol is een sterk werkende pijnstiller die zes tot acht uur werkt. Tramadol kan leiden tot verminderde reactie- en concentratievermogen en geeft kans op opstoppen/indikken van de ontlasting (obstipatie).
- Oxycontin is een sterke pijnstiller met een werking tot ongeveer twaalf uur en kan leiden tot verminderd reactie- en concentratievermogen. Verdeel de tabletten goed over de dag. Geeft kans op obstipatie.
- Oxynorm is een sterke pijnstiller die binnen vijftien minuten werkt en een werkingsduur heeft van vier tot zes uur. Kan leiden tot verminderd reactie- en concentratievermogen. Geeft kans op obstipatie.

Oxynorm mag u zes keer per dag innemen met een tussentijd van minimaal vier uur, indien u ondanks het gebruik van Oxycontin nog pijn heeft.

- Movicolon is ter voorkoming van obstipatie bij het gebruik van Tramadol, Oxycontin en/of Oxynorm (morfineachtigen). U mag één tot twee zakjes per dag gebruiken. Let er wel op dat u ongeveer 1½ tot 2 liter drinkt. Bij diarree mag u (tijdelijk) minder movicolon gebruiken. Als u de Tramadol, Oxycontin en/of Oxynorm stopt kunt u enkele dagen later ook de Movicolon stoppen.

Lees altijd de bijsluiter voordat u het medicijn gaat gebruiken.

Neem pijnstillers in op vaste tijden

Het is belangrijk dat u de medicijnen op vaste tijden inneemt. U bouwt zo een spiegel van pijnstillers op in uw bloed. Dit is belangrijk om te voorkomen dat u tussendoor pijn krijgt.

Dit geldt niet voor Oxynorm®. U neemt deze medicijnen alleen in als u (plotseling) meer pijn krijgt, of dit verwacht.

Acceptabele pijn

Wij adviseren u te starten met het afbouwen van de pijnmedicatie als de pijn acceptabel is. Pijn is acceptabel als u goed kunt doorademen, hoesten en bewegen. Dit is belangrijk voor uw herstel. Houdt u er rekening mee dat u ondanks de pijnstillers nog pijn heeft, u bent dus niet helemaal pijnvrij.

Vragen

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen, stel ze gerust aan uw behandelend arts.

Afbouwen van de pijnmedicatie volgens afbouwschema

U start met het afbouwen van het sterkste medicijn Stap 5. Als laatste bouwt u de paracetamol af Stap 1. Heeft u nauwelijks of geen pijn, dan mag u sneller afbouwen dan in het schema is aangegeven.

Stappen	Naam	Dosering
Stap 1	<input type="checkbox"/> Paracetamol	4 maal per dag 1000 mg
Stap 2	<input type="checkbox"/> Diclofenac <input type="checkbox"/> Naproxen <input type="checkbox"/> Ibuprofen <input type="checkbox"/> _____	3 maal per dag 50 mg 2 maal per dag 500 mg 3 maal per dag 400 mg __ maal ____ per dag ___ mg
Stap 3	<input type="checkbox"/> Tramadol	3 maal per dag 50 mg
Stap 4	<input type="checkbox"/> Oxycontin (lang werkend)	2 maal per dag: <input type="checkbox"/> 5 mg <input type="checkbox"/> 10 mg <input type="checkbox"/> 15 mg
Stap 5	<input type="checkbox"/> Oxynorm (kort werkend)	Naar behoefte, tot het maximum aantal tabletten per dag (door uw arts aangegeven)

Maagbeschermer	<input type="checkbox"/> Pantoprazol <input type="checkbox"/> Omeprazol <input type="checkbox"/> _____	1 maal per dag: <input type="checkbox"/> 20 mg <input type="checkbox"/> 40 mg
	<input type="checkbox"/> Movicolon	1 maal per dag: <input type="checkbox"/> 0 sachets <input type="checkbox"/> ½ sachet <input type="checkbox"/> 1 sachet <input type="checkbox"/> 2 sachets

Indien één stap niet aanwezig is, volg dan de eerst volgende stap.

Stop met stap 5	
Stop met stap 4	
Stop met stap 3	Stop de Movicolon een aantal dagen na het stoppen met stap 3
Stop met stap 2	Stop ook Pantoprazol/Omeprazol
Stop met stap 1	