

### STAP 3:

#### Vul de Paracetamol 1 g en Ibuprofen 600 mg aan met Tradonal odis 50 mg

- *Tradonal is een morfinepreparaat. Het wordt gegeven bij matige tot ernstige pijn.*
- *Laat de tablet smelten op uw tong.*
- *Tradonal odis 50mg is enkel op voorschrift te verkrijgen. Neem hiervoor contact op met uw behandelende arts of huisarts.*

#### LET OP:

- Bij inname van Tradonal bestaat de kans dat u misselijk wordt of moet braken. Uw arts kan u hiervoor anti-braakmiddelen voorschrijven. Tradonal kan constiperen (verstopen). Drink daarom voldoende water en eet veel vezels zoals volkoren brood, groenten en fruit (indien u deze na de operatie mag eten van uw arts) en beweeg voldoende (voor zover u na uw operatie mag bewegen).
- Van Tradonal kan u slaperig worden en minder snel reageren. Pas daarom op wanneer u ook slaapmedicatie inneemt en drink liever geen alcohol. Hierdoor wordt uw reactievermogen immers extra vertraagd.

#### **Hoeveel neemt u in? (dosis voor volwassenen)**

- maximale hoeveelheid per dag: 400 mg
- laat minstens 4 uur tussen twee innames

#### **Wanneer neemt u Tradonal odis 50 mg het best in?**

- Neem per dag 4 x 50 mg:  
50 mg om 8 uur, 50 mg om 12 uur,  
50 mg om 16 uur en 50 mg voordat u gaat slapen.
- Tradonal odis 50 mg mag maar hoeft niet met voeding ingenomen te worden

#### **→ Wanneer uw pijn onvoldoende vermindert:**

Neem per dag 4 x 100 mg (2 tabletten):

100 mg om 8 uur, 100 mg om 12 uur,

100 mg om 16 uur en 100 mg voordat u gaat slapen.

### PIJNMEDICATIE AFBOUWEN

Wanneer u gedurende 2 dagen uw pijn draaglijk vindt en u geen last hebt tijdens uw dagelijkse bezigheden, kan u starten met het afbouwen van de pijnmedicatie.

Wanneer u meerdere pijnstillers gebruikt, dan begint u altijd met het afbouwen van het sterkste middel.

#### **Stap 1: indien u Tradonal inneemt, dan stopt u deze medicatie als eerste**

Voordat u overgaat naar de volgende stap, moet uw pijn gedurende minstens 2 dagen draaglijk zijn.

#### **Stap 2: stop vervolgens de inname van Ibuprofen**

Voordat u overgaat naar de volgende stap, moet uw pijn gedurende minstens 2 dagen draaglijk zijn. Wanneer dit niet zo is en u merkt dat de pijn niet draaglijk is, dan heeft u waarschijnlijk te snel afgebouwd en moet u opnieuw Tradonal odis 50 mg toevoegen.

#### **Stap 3: stop vervolgens de inname van Paracetamol**

Wanneer u na deze laatste stap telkens op hetzelfde moment van de dag pijn ervaart (bijvoorbeeld alleen in de ochtend of in de avond), dan kan u alleen op dat moment nog Paracetamol innemen voordat u ook met deze pijnstiller volledig stopt.



## ***Pijnschema bij ontslag na een chirurgische ingreep***

Geachte mevrouw, heer

U werd in az Sint-Blasius geopereerd en gaat nu terug naar huis. Het is mogelijk dat u nog pijn van de ingreep ondervindt.

Pijn na een operatie is meestal van beperkte duur. Hoe lang u pijnstillers nodig hebt, is moeilijk te zeggen. Iedereen ervaart pijn op zijn manier.

Het is belangrijk dat u de pijnmedicatie die uw arts u voorgeschreven heeft correct en op vaste tijdstippen inneemt. Want: hoe minder pijn u hebt, hoe vlotter u herstelt.

Wanneer u geen pijn heeft, hoeft u uiteraard geen pijnmedicatie te nemen.

In deze folder leest u

- hoe u pijnmedicatie moet innemen en
- hoe u pijnmedicatie terug kan afbouwen.

**Bij problemen of vragen over het innemen of afbouwen van pijnmedicatie kan u terecht bij**

→ uw huisarts  
of

→ uw behandelende arts die bij ontslag uit het ziekenhuis uw pijnmedicatie met u besproken heeft.

→ Wanneer uw pijn langer dan zes weken na uw operatie blijft duren, maakt u best een afspraak bij de pijnarts (via het pijnsecretariaat): **052 25 22 58**

## STAP 1

### Bij pijn neemt u systematisch en op vaste tijdstippen Paracetamol (=Dafalgan) 1 gram

- Paracetamol is koortswerend en pijnstillend.
- U neemt beter 1 gram (1 g) dan 500 mg. 1 gram dringt meteen door tot de hersenen en heeft meer effect dan wanneer u steeds lagere dosissen herhaalt.

**LET OP:** Overmatig gebruik (meer dan de maximale dosis) kan tot leverproblemen leiden.

#### Hoeveel neemt u in? (dosis voor volwassenen)

- neem maximum 1 g per inname
- laat minstens 4 uur tussen twee innames
- maximale hoeveelheid per dag: 4 gram (= 4 x 1 g)
- Uitzondering:  
maximale hoeveelheid per dag: 3 gram (= 3 x 1 g) wanneer u
  - minder weegt dan 50 kg
  - ouder bent dan 70 jaar
  - leverinsufficiëntie heeft
  - nierinsufficiëntie (CrCl<50ml/min.) heeft
  - chronisch alcoholisme heeft
  - chronische ondervoeding heeft

#### Wanneer neemt u Paracetamol 1 g het best in?

- Neemt u 3 x 1 g per dag?  
Dan neemt u 1 g om 8 uur, 1 g om 16 uur en 1 g voordat u gaat slapen.
- Neemt u 4 x 1 g per dag?  
Dan neemt u 1 g om 8 uur, 1 g om 12 uur, 1 g om 16 uur en 1 g voordat u gaat slapen.
- Paracetamol 1 gram mag maar hoeft niet met voeding ingenomen te worden

→ Wanneer uw pijn onvoldoende vermindert na stap 1, vul uw pijnmedicatie dan aan met stap 2.

## STAP 2

### Vul de Paracetamol 1 g aan met Ibuprofen 600 mg

- Ibuprofen is ontstekingsremmend, ontzwellend en pijnstillend.
- Ibuprofen 600 mg is enkel op voorschrift te verkrijgen. Neem hiervoor contact op met uw behandelende arts of huisarts.

#### LET OP:

##### U mag deze medicatie NIET innemen wanneer u:

- in het verleden een maagzweer of maagbloeding gehad hebt,
- bloedverduunners inneemt,
- een slechte werking van de nieren hebt,
- allergisch bent aan ontstekingsremmers of aspirine,
- een andere ontstekingsremmer gebruikt zoals Celecoxib (Celebrex), Naproxen,...
- ouder bent dan 80 jaar

#### Hoeveel neemt u in? (dosis voor volwassenen)

- neem maximum 600 mg per inname
- laat minstens 8 uur tussen twee innames
- neem Ibuprofen steeds met voeding in
- maximale hoeveelheid per dag: 3x600 mg

#### Neemt u Ibuprofen 600 mg langer dan 5 dagen in?

Bespreek dit met uw behandelende arts of uw huisarts en laat u een maagbeschermer voorschrijven. Nam u vóór de operatie al een maagbeschermer, dan kan u deze blijven gebruiken.

#### Wanneer neemt u Ibuprofen 600 mg het best in?

Neemt u 2x 600 mg per dag?

Dan neemt u 600mg om 8 uur en om 20uur, steeds mét voeding.

Neemt u 3x 600 mg per dag?

Dan neemt u 600mg om 8 uur, om 16uur en voordat u gaat slapen, steeds mét voeding.

→ Wanneer uw pijn onvoldoende vermindert na stap 1 en 2, vul uw pijnmedicatie dan aan met stap 3.