

Pijn bij baby's

Informatie voor ouders van gezonde, op tijd geboren baby's

Alle baby's krijgen te maken met pijn. Ga er van uit dat alles wat bij uzelf pijn zou doen, ook voor pijn zorgt bij uw baby.

In dit artikel wordt ingegaan op oorzaken en tekenen van pijn in de eerste levensmaanden en worden een aantal mogelijkheden gegeven om pijn te verminderen.

Oorzaken van pijn

Hielprik

In Nederland worden alle baby's ongeveer 72 uur na de geboorte getest op een aantal aangeboren afwijkingen. Dit gebeurt met een hielprik. De hielprik geeft kortdurend acute pijn. U ziet dat aan de terugtrek-reactie en de daaropvolgende tekenen van pijn zoals hieronder beschreven. Ook het stuwen, of 'melken' kan onaangenaam zijn.

Om de pijn te controleren zijn verschillende interventies mogelijk, zoals aanleggen aan de borst of het toedienen van sucrose onmiddellijk voor de prik. Het aanleggen aan de borst is voor het voorkomen van pijn door de hielprik effectiever dan het geven van sucrose. Nadelen zijn er niet.

Vaccinaties

Het geven van een injectie in de spier, bijvoorbeeld voor de eerste vaccinaties, is pijnlijk. Er zijn verschillende manieren om uw baby te ondersteunen. U kunt uw baby op uw borst leggen, borstvoeding geven en uw favoriete muziek afspelen (dat is de muziek die u waarschijnlijk ook tijdens de zwangerschap heeft geluisterd). Indien u geen borstvoeding geeft kunt u aan de verpleegkundige die de injectie uitvoert om sucrose vragen. Uw baby krijgt dan enkele druppels tot een milliliter suikerwater in de wangzak.

Tegenwoordig wordt er voor vaccinaties géén standaard paracetamol meer gegeven. Paracetamol is niet effectief voor het kortdurende pijnmoment van de prik. U kunt paracetamol geven indien er koorts ontstaat, of als uw kind als gevolg van de vaccinatie oncomfortabel is. Overleg zo nodig met de verpleegkundige, consultatiebureau arts of huisarts.

Darmkrampen

De meest lastige vorm van pijn die uw verder gezonde baby kan overkomen is de pijn die gepaard gaat met darmkrampen. Het komt voor bij 4 – 28% van de baby's, en is meestal rond 4 tot 5 maanden verdwenen. De oorzaak is niet duidelijk, en er is geen 100% effectieve behandeling. Omdat darmkrampen lastig te behandelen zijn en er goed naar oorzaken moet worden gekeken kunnen wij slechts algemene adviezen geven. Het is raadzaam om met uw arts te overleggen, maar doe dat in ieder geval als de pijn gelijktijdig optreedt met koorts, zeer veel spugen, een sterk opgezette buik, verminderd bewustzijn en/of gewichtsverlies.

Allereerst is het van belang te beseffen dat de oorzaak niet bij u als ouders ligt. U kunt het gevoel hebben machteloos te staan, omdat, wat u ook probeert, niets lijkt te helpen, en vaak is dat ook zo: niets helpt afdoende. Probeer de kalmte te bewaren, hoe lastig dat soms ook is.

In overleg met uw arts kan gekeken worden of een dieet bij moeder of, ingeval van kunstvoeding, het voeden van uw baby met een ander soort voeding verbetering geeft. Sucrose lijkt slechts kortdurend effectief, en het wordt afgeraden door de Nederlandse Vereniging voor Kindergeneeskunde om meer dan 4 x per dag sucrose te geven. De toepassing van kruidenthee wordt ook afgeraden, omdat er voor een goed effect een hoge dosis nodig lijkt. Het drinken van kruidenthee door moeder en de effecten daarvan op darmkrampen bij de baby zijn nooit onderzocht. De toepassing van massage kan helpen, maar leidt soms ook tot overstimulatie. Als dat gebeurt, en de onrust neemt alleen maar toe, stop dan de massage.

Tekenen van pijn

Baby's kunnen niet in woorden vertellen dat ze pijn hebben, dus we zijn afhankelijk van de signalen die ze laten zien. Het meest voor de hand liggende signaal is huilen. Huilen kan echter naast pijn op andere oorzaken van stress wijzen, zoals honger.

Tekenen die in pijnmeetinstrumenten, zoals die in ziekenhuizen worden toegepast, worden beschreven zijn:

- Fronzen van wenkbrauwen en voorhoofd
- Samenknijpen van ogen
- Verdieping van de neus-lipplooi
- Toename van lichaamsbewegingen
- Gespannen tong
- Toename van spierspanning (gespannen vuistjes, tenen)
- Sneller ademen



Behandeling

Borstvoeding

Het geven van borstvoeding (aanleggen) geeft bij hielprik een afname van huilen ten opzichte van niets doen. Ook stijgt de hartslag duidelijk minder. Het geven van eventueel afgekolfd moedermelk lijkt wat minder effectief dan aanleggen of het geven van sucrose. Er zijn geen nadelen aan het aanleggen aan de borst. Voeden aan de borst tijdens een pijnlijk moment heeft zeer waarschijnlijk geen gevolgen voor de borstvoedingsvaardigheden van de baby.

Voor gedetailleerde informatie kunt u online het advies van de LPN raadplegen.

Ondersteuning

Bedoeld wordt het voorzichtig maar stevig vasthouden van uw baby, bijvoorbeeld door een hand op het hoofd van de baby te leggen, en uw andere hand tegen de voeten, billen of rug van uw baby te leggen. U biedt dan als het ware een begrenzing. Deze manier van ondersteuning is zeker voor te vroeg geboren kinderen beter dan strelen, wat een teveel aan stimulatie geeft. Het bieden van ondersteuning kan bij iedere stressvolle of pijnlijke handeling worden toegepast.

Voor gedetailleerde informatie kunt u online het advies van de LPN raadplegen.

Massage

Massage voor de pijn bij hielprik is niet effectief, maar bij iets oudere kinderen wordt mogelijk een positief effect gezien.

Muziek

Klassieke muziek, samen met aanleggen bij de hielprik, geeft geen beter effect dan aanleggen alleen. Verder is er nog weinig onderzoek gedaan naar het gebruik van muziek om pijn bij baby's te verminderen of te behandelen.

Sucrose

Sucrose of suikerwater heeft een aangetoond kalmerend effect bij hielprik, injecties in de spier en een aantal handelingen die worden uitgevoerd als een baby is opgenomen in het ziekenhuis. De combinatie met zuigen op een speen (niet-voedend zuigen) werkt nog beter. Sucrose heeft geen invloed op de suikerspiegel in het bloed, en zolang de tandjes nog niet zijn doorgekomen is er ook geen effect op de kwaliteit van het eerste (of tweede) gebit.

Voor gedetailleerde informatie kunt u online het advies van de LPN raadplegen.

Paracetamol

Paracetamol wordt in de thuissituatie zeer vaak gebruikt. Het is geschikt om koorts te verlagen en pijn te bestrijden, ook bij baby's. Voor langdurig gebruik bij baby's moet worden gewaarschuwd: langer dan 2 tot 3 dagen gebruiken is af te raden zonder controle van de paracetamolspiegel in het bloed. Overleg met uw arts, of in de eerste levensdagen met uw verloskundige over doseringen. Indien u overweegt paracetamol te geven in de eerste levensdagen, en uw baby ziet erg geel en is wat suffig, overleg dan eerst met uw verloskundige of arts.

Indien correct gedoseerd kan een enkelvoudige dosis paracetamol geen kwaad. Indien uw baby paracetamol via een spuitje of lepeltje in de wangzak verdraagt is dat te verkiezen boven een zetpil, omdat de werking van paracetamol met een zetpil zeer onvoorspelbaar is (de hoeveelheid medicijn

die in het bloed komt is erg variabel). Gebruik géén Sinaspril drank, omdat Sinaspril drank teveel alcohol bevat als oplosmiddel.

Disclaimer

De LPN streeft naar een zo actueel mogelijke website. Mocht ondanks deze inspanningen de informatie van of de inhoud op deze website onvolledig en of onjuist zijn, dan kunnen wij daarvoor geen aansprakelijkheid aanvaarden. Het gebruik van de informatie op deze website is gratis zolang u deze informatie niet kopieert, verspreidt of op een andere manier gebruikt of misbruikt. U mag de informatie op deze website alleen hergebruiken volgens de regelingen van het dwingend recht.