

Patiënten informatie folder pijn en opioïden

Inleiding

In deze folder vindt u informatie over waarom we pijn ervaren en wat de verschillende typen pijn zijn. Daarnaast wordt er toelichting gegeven over wat opioïden zijn, wat de mogelijke gevaren en bijwerkingen zijn bij het gebruik van opioïden en hoe het afbouwen van opioïden op een verantwoorde manier kan worden aangepakt.

Waarom hebben we pijn?

Pijn heeft een belangrijke functie in het lichaam van ieder mens, het waarschuwt ons bij (dreigende) schade aan ons lichaam. Pijn zorgt ervoor dat we de juiste maatregelen nemen en ons lichaam zo op tijd kan herstellen.

Typen pijn

Pijn kan op verschillende manieren worden ingedeeld, waaronder op basis van periode. Er is dan een onderscheid tussen acute pijn en chronische pijn.

- **Acute pijn:** wanneer de pijn korter dan 6 weken bestaat, spreken we van acute pijn. Deze pijn wordt meestal veroorzaakt door een beschadiging in het lichaam. Meestal heeft acute pijn een duidelijke oorzaak, bijvoorbeeld een verwonding, operatie of ontsteking. Acute pijn duurt meestal kort en verdwijnt tijdens het herstelproces, of als de beschadiging of infectie over gaat.
- **Chronische pijn:** wanneer pijn langer dan drie maanden duurt, noemen we dit chronische pijn. Soms is een duidelijke oorzaak te vinden, zoals gewrichtsontsteking bij reuma, maar vaak is er ook geen duidelijke oorzaak. Chronische pijn komt doordat het zenuwstelsel overgevoelig is geworden voor pijnprikkels, waardoor het pijnsignaal een "vals alarm" afgeeft. De pijn wordt eerder en heviger gevoeld dan de bedoeling is.

Opioïden

Opioïden zijn sterke pijnstillers die kunnen helpen bij het omgaan met pijn. Voorbeelden van opioïden zijn fentanyl, oxyocodon, tramadol, morfine en buprenorfine. Een behandeling met opioïden wordt door uw arts overwogen als uw pijn niet voldoende te behandelen is met andere medicijnen, zoals paracetamol en NSAID's (zoals ibuprofen), of wanneer deze niet veilig gegeven kunnen worden. Opioïden zijn vooral effectief voor het behandelen van acute pijn (en ook bij pijn in het geval van kanker en in de laatste levensfase). Bij chronische pijn zijn opioïden minder effectief en worden ze zelfs afgeraden.

Bijwerkingen

Bij het gebruik van opioïden kunnen bijwerkingen optreden. Niet iedereen krijgt bijwerkingen en wanneer er bijwerkingen optreden kunnen deze variëren van mild tot ernstig. Bijwerkingen die regelmatig optreden zijn:

- Misselijkheid/overgeven
- Vertraagde darmwerking/obstipatie
- Droge mond
- Zweten
- Jeuk
- Slaperigheid/sufheid

Bepaalde bijwerkingen kunnen risico's met zich meebrengen. Zo kunt u van bepaalde opioïden slaperig/suf worden, autorijden is dan gevaarlijk. Daarnaast kan vaak en veel alcoholgebruik de bijwerkingen van opioïdengebruik versterken. Overleg altijd met uw arts of het verantwoord is om auto te rijden en of/op welke manier alcoholgebruik veilig is. Twijfelt u wat wel en niet verstandig is om te doen terwijl u opioïden gebruikt? Of heeft u last van ernstige bijwerkingen? Neem dan contact op met uw arts of apotheker.

Gewenning en afhankelijkheid

Als u opioïden een langere tijd gebruikt kunt u te maken krijgen met gewenning en afhankelijkheid.

- Gewenning houdt in dat u een steeds hogere dosering van het opioïd nodig heeft om hetzelfde pijnstillende effect te bereiken.
- Afhankelijkheid betekent dat uw lichaam niet meer zonder het opioïd kan. Dit kan leiden tot lichamelijke klachten van ontwenning bij het stoppen of verminderen van de dosis van het opioïd. Denk aan vermoeidheid, griepachtige verschijnselen, braken en diarree.

Afbouwen van opioïden

Als u wilt minderen of stoppen met de voorgeschreven opioïden, neem dan eerst contact op met uw arts of apotheker om samen te bespreken wat de beste manier is om dit aan te pakken. Als u het opioïd voor een langere tijd heeft gebruikt, kan het nodig zijn om de dosering van het opioïd langzaam af te bouwen. Dit om lichamelijke klachten van ontwenning (zoals hierboven beschreven) te voorkomen.