

Voorbeeldzorgplan Pijn



Voorbeeldzorgplannen

Dit voorbeeldzorgplan is met nadruk een *voorbeeldzorgplan* en geen *standaardzorgplan*.

Verpleegkundigen en verzorgenden kunnen het plan als hulpmiddel gebruiken bij het assessment en bij de uitvoering van de zorg. Met dit plan maak je een plan op maat voor een individuele cliënt.

Dit betekent dat je bewust kiest wat wel of niet van toepassing is. Het voorbeeldzorgplan combineert de Omaha-systematiek met inhoudelijke landelijke richtlijnen en expertise uit het veld. Naast gebied-soort actie-actievlak staan in de specificatie puntsgewijs de relevante onderdelen van deze landelijke richtlijnen. Zo gebruik je als zorgmedewerker niet alleen de Omaha-systematiek, maar neem je ook op een eenvoudige en snelle manier kennis van de actuele standaarden en toets je je individuele zorgplan met het voorbeeldzorgplan en de actuele kennis.

Werkwijze

Het voorbeeldzorgplan omvat alle mogelijke aandachtsgebieden met alle mogelijke interventies. Dit zijn er dus veel. Het is uitdrukkelijk niet de bedoeling dat alle aandachtsvelden en interventies worden overgenomen in een individueel zorgplan. Per onderdeel kijkt de zorgmedewerker wat wel en niet past bij de eigen cliënt in zijn context. Ook kan de zorgmedewerker de specificaties aanpassen voor het op maat maken van het plan. Omaha zorgt voor eenheid van taal en het gebruik van voorbeeldzorgplannen stimuleert dit nog verder. Maar geen cliënt is hetzelfde, dus het blijft zaak dat verpleegkundigen en verzorgenden goed kijken naar de cliënt en blijven nadenken over de zorg. Het voorbeeldzorgplan kan daarbij dienen als ondersteuning, niet om te sturen.

Er zijn voorbeeldzorgplannen beschikbaar van ruim 20 veelvoorkomende onderwerpen in de VVT. We hebben ze gemaakt met (wijk)verpleegkundigen van Allertzorg, Amstelring, Buurtzorg, Marente, Surplus, Thebe, Zorgaccent en Zorgbalans. De voorbeeldzorgplannen zijn alleen beschikbaar voor leden van de stichting Omaha System Support en te downloaden via het ledendeel op **www.omahasystem.nl**.

Voorbeeldzorgplan Pijn

Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Omgevingsdomein			
<i>Inkomen/financiën</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Financiën	Mogelijke teruggang in inkomen
<i>Inkomen/financiën</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Werk	Aandacht voor werk (arbeidsomstandigheden, verzuim, arbeidsongeschiktheid, re-integratie) • (Stimuleren) contact bedrijfsarts en werkgever
<i>Inkomen/financiën</i>	CM Case-managen	Zorg door psycholoog/maatschappelijk werk	Verwijzen naar maatschappelijk werk voor schuldhelpverlening
Psychosociaal domein			
<i>Geestelijke gezondheid</i>	CM Case-managen	Continuïteit van zorg	Samenwerking met/verwijzen naar psycholoog/maatschappelijk werk • Samenwerking met/verwijzen naar fysiotherapeut voor ontspanning(soefeningen)
<i>Geestelijke gezondheid</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Copingsvaardigheden	Begeleiding bij: • Acceptatie en verwerking • Omgaan met boosheid
<i>Geestelijke gezondheid</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Geestelijke zorg	Begeleiding cliënt en mantelzorger: • Het feit dat cliënt pijn lijdt • Psychische gevolgen van: angst, depressieve klachten, onrust, delier
<i>Geestelijke gezondheid</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen – mentaal/emotioneel	Monitoren: • Mentaal welbevinden en psychosociale problematiek • Bewaking autonomie

Mantelzorg/zorg voor kind of huisgenoot	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Anatomie/fysiologie	<p>Instructie en informatie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oorzaken van pijn: onder andere nociceptieve pijn (veroorzaakt door weefselbeschadiging) of neuropathische pijn (t.g.v. beschadiging van perifere of centrale zenuwstelsel) <p>Soort pijn:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aandoeningen bewegingsapparaat • Osteoporose • Beschadiging van lichaamsdeel • (Brand)wonden • Doorligwonden (decubitus) • Ontstekingen • Darmklachten • Neurologische aandoeningen (CVA, Parkinson, MS, vasculaire dementie) • Kanker • Amputatie (fantoempijn) • Doorbraakpijn (= plotseling optredende tijdelijke, vaak hevige pijn c.q. toename van pijn die optreedt bij bestaande chronische pijnklachten) • Psychische gevolgen bij cliënt: angst, depressieve klachten, onrust, delier
Mantelzorg/zorg voor kind of huisgenoot	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Copingsvaardigheden	<p>Begeleiding bij:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Acceptatie en verwerking • Tijd voor jezelf nemen • Verandering rollen en afhankelijkheid cliënt
Mantelzorg/zorg voor kind of huisgenoot	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen – mentaal/emotioneel	<p>Signaleren overbelasting.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Monitoren: vermoeidheid, verdriet, angst, vermagering, gespannenheid, paniek • Eventueel afnemen meetinstrument
Rolverandering	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Copingsvaardigheden	Begeleiden van cliënt en naasten bij rolverandering

<i>Seksualiteit</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Copingsvaardigheden	Begeleiden bij: <ul style="list-style-type: none"> Seksuele problemen door pijn of medicatie (medicatie kan de seksualiteit belemmeren)
<i>Sociaal contact</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen – mentaal/emotioneel	Monitoren signalen sociale isolatie
<i>Sociaal contact</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Supportgroep	Lotgenotencontact (groepen of internet) <ul style="list-style-type: none"> Hulp bij zoeken naar passende sociale contacten en activiteiten
Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Fysiologisch domein			
<i>Pijn</i>	CM Case-managen	Continuïteit van zorg	Samenwerking met/verwijzen naar andere disciplines: onder andere arts, pijn-/palliatief team, fysiotherapeut, apotheker
<i>Pijn</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Copingsvaardigheden	Advies en begeleiding over omgaan met pijn: <ul style="list-style-type: none"> Schenk aandacht aan lichamelijke, cognitieve, affectieve, gedragsmatige, sociale, levensbeschouwelijke en culturele dimensies van pijn Pijn bespreekbaar maken Uitleg geven over verschillende manieren van pijnbeleving, invloed op naasten Verschillende vormen van pijnbestrijding Goede zit-/lithouding Andere manieren om pijn te verlichten (afhankelijk van soort pijn en oorzaak pijn): ontspanning, massage, oefen therapie, warmte/koude, afleiding, muziek, gesprek met psycholoog/cognitieve gedragstherapie, TENS (= Transcutane Electro Neuro Stimulatie), alternatieve geneeswijzen
<i>Pijn</i>	MB	Signalen/symptomen – fysiek	Monitoren pijn:

	Monitoren / Bewaken		<ul style="list-style-type: none"> Pijnbeleving: waar, constant, soort pijn. Pijnbeleving is subjectief en wordt beïnvloed door factoren die niet in direct verband staan met de ziekte. <p>Pijn bij kwetsbare ouderen:</p> <ul style="list-style-type: none"> Veel ouderen zeggen niet uit zichzelf dat ze pijn hebben of gebruiken andere woorden. Symptomen die op pijn kunnen wijzen: abnormaal voorzichtig of langzaam bewegen bij veranderen van houding, moeilijk opstaan, zuchten of kreunen, grimassen, fronsen, pijnlijke plek vasthouden, gespannen/verdrietig gezicht, van streek zijn, depressie, teruggetrokken of angstig gedrag, aan weinig aan activiteiten, slapeloosheid Symptomen bij ouderen die niet/ moeilijk kunnen praten: gespannen lichaam, friemelen/wrijven, snel hulpmiddelen pakken, huilen, grommen, gillen, verlies aan gewicht en/of eetlust, tegenstribbelen, agitatie, onrustig gedrag, sociaal ongepast gedrag en dwalen, ander gedrag
<i>Pijn</i>	CM Case-managen	Zorg door arts/specialist	Samenwerking met/verwijzing naar andere disciplines: onder andere arts, pijn-/palliatief team
<i>Spijsvertering- vochthuishouding</i>	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen – fysiek	<p>Monitoren:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gebrek aan eetlust Gewichtsverlies
Gebied	Soort actie	Actievlak	Specificatie
Gezondheids- gerelateerd gedragsdomein			
<i>Fysieke activiteit</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Oefening en beweging	<p>Advies en voorlichting over:</p> <ul style="list-style-type: none"> Belang van bewegen en oefeningen, ondanks pijn Balans bewegen en rust Ontspanningsoefeningen

<i>Gezondheidszorg supervisie</i>	CM Case-managen	Hulpmiddelen	Bestellen/regelen hulpmiddelen
<i>Gezondheidszorg supervisie</i>	CM Case-managen	Zorg door fysiotherapeut	Samenwerking met/verwijzen naar fysiotherapeut
<i>Medicatie</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Hulpmiddelen	Advies en instructie: <ul style="list-style-type: none"> • Pijnpomp, infuus
<i>Medicatie</i>	CM Case-managen	Medicatiecoördinatie/ bestelling	Medicatie bestellen
<i>Medicatie</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Medicatie werking en bijwerkingen	Informatie over: <ul style="list-style-type: none"> • Werking van medicatie • Bijwerkingen • Bevorder therapietrouw
<i>Medicatie</i>	MB Monitoren / Bewaken	Medicatie werking en bijwerkingen	Monitoren: <ul style="list-style-type: none"> • Werkt medicatie afdoende? • Bijwerkingen van medicatie • Gedragsveranderingen?
<i>Medicatie</i>	B Behandelen en procedures toepassen	Medicatie-toediening	Toedienen medicatie volgens voorschrift medicatie-toedienlijst
<i>Persoonlijke zorg</i>	B Behandelen en procedures toepassen	Persoonlijke hygiëne	Hulp bij: <ul style="list-style-type: none"> • ADL, rekening houden met pijn. Mogelijk voorafgaand aan ADL pijnmedicatie toedienen.
<i>Slaap en rustpatronen</i>	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Rust/slaap	Advies over: <ul style="list-style-type: none"> • Regelmaat; belang dag- nachtritme • Goede slaaphygiëne • Pijnmedicatie voor de nacht • Ontspanning
<i>Slaap en rustpatronen</i>	MB	Rust/slaap	Monitoren slaappatroon

	Monitoren / Bewaken		
Voeding	MB Monitoren / Bewaken	Signalen/symptomen – fysiek	Screen de voedingstoestand, evt. met meetinstrument <ul style="list-style-type: none"> • Houd het gewicht in de gaten
Voeding	AIB Adviseren / Instrueren / Begeleiden	Voeding, beleid/balans	Advies en informatie over: <ul style="list-style-type: none"> • Voedselinname; comfortvoeding
Voeding	CM Case-managen	Voeding, beleid/balans	Samenwerking met/verwijzen naar diëtist

Richtlijnen:

[Multidisciplinaire Richtlijn Pijn bij kwetsbare ouderen \(incl. handleiding ouderen en pijn, tips voor verpleegkundigen en verzorgenden\) Verenso, 2011/ 2016](#)

[Samenvatting Richtlijn Pijn \(in de palliatieve fase\)](#)

[Richtlijn Postoperatieve pijn, Nederlandse Vereniging voor Anesthesiologie \(NVA\), 2012](#)

[Richtlijn Pijn IKNL 2016](#)