



Stand: September 2019, Bildquelle: Fotolia: ©Sergey Novikov (Titelbild); ©Ira_64 (s. 2)



Qualifiziertes
Schmerzmanagement
Zertifikat Nr.: Z13206



Kinder- und Jugendklinik Gelsenkirchen
Adenauerallee 30, 45894 Gelsenkirchen
Tel 0209 369-1
Fax 0209 369-300
info@kjkge.de
www.kjkge.de



Thema Schmerz

Informationen für Kinder und Jugendliche





Aua, das tut weh!

Schmerzen sind ein Zeichen dafür, dass in deinem Körper etwas nicht in Ordnung ist. Außerdem schützen sie dich davor, dass du die schmerzende Stelle zu stark belastest.

Schmerzen kannst du zum Beispiel haben:

- ▶ wenn du operiert wurdest
- ▶ wenn du dich verletzt oder dir etwas gebrochen hast

Aber: Wir wollen verhindern, dass du Schmerzen hast.

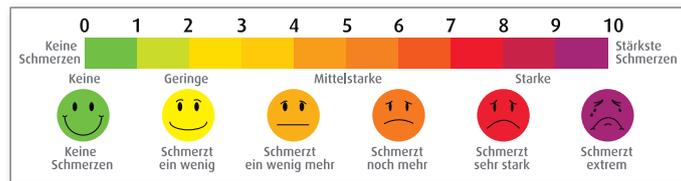
Ein Indianer kennt keinen Schmerz ...

... weil er sich rechtzeitig bei uns meldet.

Hast Du Schmerzen?

Schmerzen sind nicht schön und Schmerzen musst du nicht aushalten! Gerade nach einer Operation oder bei bestimmten Erkrankungen ist es gut, wenn du Schmerzmittel bekommst, damit du dich schneller erholst. Deshalb sage den Schwestern immer sofort, wenn du Schmerzen hast.

Aber wir werden dich auch regelmäßig fragen, ob du Schmerzen hast und wie stark du sie empfindest. Dafür nutzen wir eine Skala mit Smilies. So können wir einschätzen, wie stark dein Schmerz ist und dir die richtigen Medikamente geben.



Gemeinsam gegen den Schmerz

Welche Schmerzmittel in welcher Form zum Einsatz kommen, ist ganz unterschiedlich und hängt von der Operation und der Ursache des Schmerzes ab.

Wir nutzen:

- ▶ Tabletten in unterschiedlichster Stärke
- ▶ Pflaster, Zäpfchen oder Tropfen
- ▶ Injektion oder Infusion
- ▶ gezielte Betäubung einzelner Körperteile

Wichtig ist die regelmäßige Einnahme der Medikamente, auch wenn du zu dem Zeitpunkt eigentlich keine Schmerzen hast. So wollen wir verhindern, dass die Schmerzen entstehen.

Bevor der Schmerz entsteht

Manchmal hilft es schon, sich ein bisschen abzulenken oder gute Musik zu hören, ehe es weh tut. Probier es einfach mal aus.

Sag Bescheid!

Wenn du Fragen hast oder du dir unsicher bist, melde dich doch bitte bei den Ärzten oder Schwestern auf deiner Station.