

## Boyama



Çizim © Inga Knopp-Kilpert

St. Anna  
kinderSpital

## Ağrı hakkında bilgilendirme

### Hazırlayan

St. Anna çocuk hastanesi'nin siparişi üzerine  
[www.stanna.at](http://www.stanna.at)

Ağrı uzman ekibi ve bakımda genel pediatri  
ağrı yönetimi proje ekibi ile işbirliği halinde  
hazırlanmıştır.

Fotoğraflar: özel arşiv (kapak), Fotolia  
Grafik tasarım: [www.atelier-lev.com](http://www.atelier-lev.com)



St. Anna  
kinderSpital

St. Anna çocuk hastanesinde ağrı  
değerlendirmesi nasıl yapılmaktadır?

Çocuğunuzun acısını azaltmak için  
özelde neler yapabiliriz?

Siz çocuğunuza nasıl yardımcı olabilirsiniz?

## Ağrı hakkında bilgilendirme



Çocuğunuzun muhtemelen şu andaki hastalığına bağlı ağrıları vardır. Öte yandan, teşhis ve tedavi için de acı veren yöntemlerin kullanılması gerekli olabilecektir. Bizler, çocuğunuzun mümkün olduğunca az acı çekmesi için gayret sarfedeceğiz.

Çocuğunuza yakın bir kişi olarak, çocuğunuzun ne kadar acı çektiğini değerlendirmede ve bu acıyı ortadan kaldırmada size önemli bir rol düşmektedir. Çocuğunuz küçük ise ya da korkuyorsa, onun içinde bulunduğu durumu en iyi şekilde değerlendirerek, çocuğunuzu daha iyi anlamamız konusunda bize yardımcı olabilirsiniz.

Çocuğunuzu nasıl sakinleştireceğinizi ve onu nasıl oyalayabileceğinizi, ya da rahatlaması için ona nasıl yardım edebileceğinizi en iyi siz bilmektesiniz. Çocuğunuzun acısı varsa, onu bize anlatacak olan sizsiniz. Algınızı her durumda bizimle paylaşın ki, biz de acıyı dindirecek bir tedavi uygulayabilelim.

Tedavi edilmeyen ağrılar korku yaratır, yalnızlaştırır, sinirli yapar; ayrıca uykusuzluk, iştahsızlık, kasılma gibi istenmeyen bedensel tepkilere sebep olur. Bütün bunlar iyileştirmeyi geciktirir.

### Acı derecesini tahmin etmek

Çocuğunuzun acı çekip çekmediğini anlamamız için soru sormamız ve onu izlememiz gerekmektedir.

Size, çocuğunuzun ağrısını nasıl değerlendirdiğinizi soracağız. Çocuğunuza da ağrısı olup olmadığını soracağız. Çocuğunuza, ağrısının derecesini gösterebilmesi için, kendisine, 0 ile 10 arası bir skala üzerinde çeşitli yüz resimleri göstereceğiz.



Emzikli bebekleri, küçük çocukları ve özel ihtiyaç sahibi çocukları, dışardan gözleme skalası ile değerlendirmekteyiz. Ayrıca çocuğun davranışını, beden durumunu ve yüz ifadesini de gözlemlemekteyiz.

### Acıyı azaltmak

Hedefimiz, tedavi ya da teşhis yönteminden evvel size ve çocuğunuza, açık, kolay anlaşılır ve çocuğa uygun bilgiler vermektir. Anlamadığınız bir husus olursa lütfen sorun! Acı veren bir müdahale planlanmış ise, çocuğunuzun mümkün olduğunca az acı çekmesi için gayret edeceğiz.

Doktorunuz, ağrının türüne ve şiddetine göre, çocuğunuza uygun bir ağrı kesici ilaç yazacaktır. İlaçla ağrı tedavisinde, uluslararası araştırmalar sonucu elde edilen bilgiler dikkate alınmaktadır. Ağrıyı ilaçla tedavi etmenin yanı sıra, çeşitli psikolojik ve fiziksel yöntemler de mevcut olup, bunlar ağrıyı azaltmada destekleyici yöntemler olarak kullanılabilir.

### Çocuğunuz için neler yapabiliriz

- ▶ İğne ucunun çok az acı veren bir yöntemle parmağa batırılması
- ▶ Damardan kan almadan ya da damar yoluna kanül takılmadan evvel anestezi bir merhem sürülmesi
- ▶ 3 aydan küçük bebeklere, müdahaleden kısa bir süre evvel, az miktarda bir şekerli suya batırılmış emzik verilmesinin yararlı olduğu görülmüştür
- ▶ Gevşeme ve nefes egzersizleri – uzun ve derin nefes alma ağrıyı hafifletmekte ve öz kontrolü güçlendirmektedir
- ▶ Çocuğunuzu dahil etme: eğer olanak dahilinde ise, nasıl yatmak istediği ve punksiyon iğnesinin yerini belirleme konusunda kararı çocuğunuza bırakıyoruz

### Psikolojik yöntemler

- ▶ Sıcak-soğuk uygulama, özel pozisyonlar gibi fiziksel yöntemler, emzikli bebeklerde karın masajı

### Çocuğunuz için neler yapabilirsiniz

- ▶ Çocuğunuzun yanında bulunmaya çalışın. Çocuklar bir yakını yanlarında olursa, kendilerini daha güvende hissetmektedirler
- ▶ Bazen zor da olsa sükunetinizi muhafaza ediniz. Korku ağrıyı şiddetlendirir. Çocuğunuzun sizin korkunuzu ve güvensizliğinizi hissedecektir
- ▶ Çocuğunuza güç verin, onu övün (“Harika yapıyorsunuz!”)
- ▶ Yapılacak müdahale acı veren bir müdahale olabilir. Çocuklar kendilerine doğrusu söylenirse, durumu düşündüğünüzden daha iyi kabullenebilmektedirler
- ▶ Çocuğunuzu, ne hissettiğini ifade etme konusunda cesaretlendirin. Onu ciddiye alın
- ▶ Çocuğunuzu sallayarak, kucağınıza alarak, okşayarak, ona sarılarak rahatlatabilirsiniz
- ▶ Çocuğunuzun ağrısı varsa, onu oyalayın, eline, konsantre olabileceği bir şeyler verin. (Hikaye anlatın, müzik dinletin, şarkı söyletin, televizyon seyredin, ona kitap okuyun, PC oyunları oynamasını sağlayın)

