



Kivun hoito

Riina Lindström

Kipu

- = yksilöllinen, epämiellyttävä aistimus tai kokemus
- Varoitusmerkki elimistöä uhkaavasta vaarasta
 - Vaara voi olla esim. paine ja korkea lämpötila
- Kudosvaurion yhteydessä syntyy tai vapautuu tulehduksen välittäjäaineita, jotka myötävaikuttavat kipuun myös

(Krooninen) kipu vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin

Liikkuminen vähenee

Ahdistaa

Terveyden tunne heikkenee

Toimintakyky heikkenee

Jännittyneisyys kasvaa

Ärtyneisyys lisääntyy

Unettomuus lisääntyy

-> Kipu lisääntyy ja kyky sietää kipua laskee

Kivun tyypit

Kudosvauriokipu eli nosiseptiivinen kipu johtuu kipureseptoreiden aktivoitumisesta kudosvaurion yhteydessä

Hermovauriokipu eli neuropaattinen kipu syntyy kipua välittävän hermojärjestelmän vauriosta tai sairaudesta

Viskeraalinen eli sisäelinperäinen kipu on usein paikannettavissa. Voi liittyä heijastekipua

Idiopaattinen kipu on kiputila, jonka selittävää tekijää ei löydetä

Akuutti ja krooninen kipu

- Akuutti kipu rasittaa elimistöä (kesto alle 1 kk)
 - Esimerkiksi haavan tulehtuminen
- Subakuutti (kesto 1-3 kk)
- Krooninen eli pitkäaikainen kipu rajoittaa toimintakykyä ja aiheuttaa kärsimystä (kesto yli 3 kk)

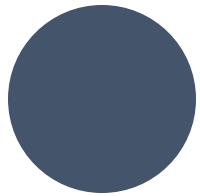
Kivun syntymisen esimerkki

- Käsi osuu kuumaan hellaan ja kipuhermopäätteet kuljettavat aistimusta hermoja pitkin
- Spinotalaamiset neuronit kuljettavat viestin ensin talamukseen ja sieltä eri alueelle aivoihin
- Kipu muokkautuu selkäytimessä (käytännössä esim kosketus voi vähentää kipua)
- Myös aivot voivat muokata kipukokemusta (esim mieliala voi vaikuttaa positiivisesti tai negatiivisesti)

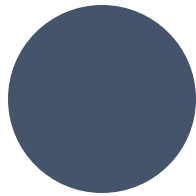
TEHTÄVÄ

- s. 368 t. 3 (pinkki kirja)
- Kun asiakas ei pysty sanallisesti kuvaamaan kipukokemustaan, kipua voi tunnistaa seuraamalla potilaan käyttäytymistään.
Kuvaile, miten kipu voi ilmentyä asiakkaan käyttäytymisessä.

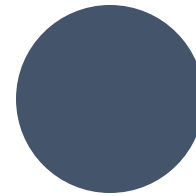
Kivun ilmaiseminen



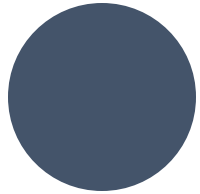
Kulttuuri vaikuttaa



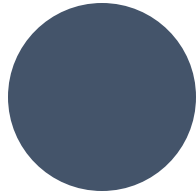
Objektiivinen
mittaaminen vaikeaa
(voimakkuus, sijainti)



Emotionaalinen tila
voi vaikuttaa kivun
kokemiseen



Kivun ilmaiseminen
sanoin tai
sanattomasti



Tarkkailu: hengitys,
liikkuminen, olemus,
mieliala

Kivun tunnistaminen

Ääntely

Kasvojen ilme

Liikehdintä

Persoonallisuuden
muutos

Lisääntynyt levon tai
unen tarve,
unettomuus, vaeltelu

Muutos ruokahalussa

Tuskaisuus, sekavuus,
itkeskely

Fysiologiset
muutokset, kuten
kylmänhikisyys,
mustelmat, tiheä syke

Kivun arviointi

Oltava systemaattista ja jatkuvaa

Kivun tyyppi?

- Jatkuva, aaltoileva, puristava, säteilevä, viiltävä, pistävä, tykyttävä jne.

Kivun sijainti?

- Kerro, mihin sattuu. Näytä, mihin sattuu. Piirrä, mihin sattuu.

Kivun kesto?

- Kauanko on kestänyt? Muistatko, miten alkoi?

Kipumittarit

- VAS, numeerinen, sanallinen, kipukasvomittari
- PAINAD (Pain Assessment in Advanced Dementia)

Kipumittarit

VAS

ei kipua

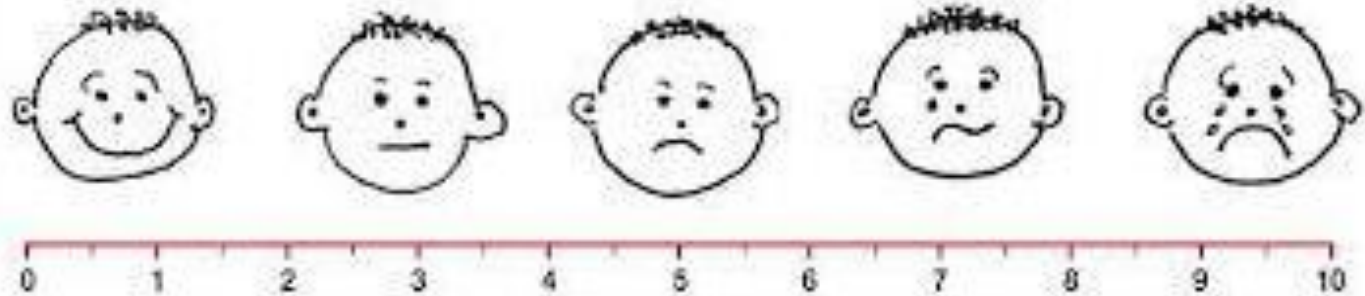
kovin
kuviteltavissa
oleva kipu

Numeerinen luokittelu (NRS)

ei kipua

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

kovin
kuviteltavissa
oleva kipu



Sanallinen asteikko (verbal rating scale, VRS)

Ei kipua

Lievä kipu

Kova kipu

Kohtalainen
kipu

Sietämätön
kipu

PAINAD

- Hengitys
 - Negatiivinen ääntely
 - Kehon kieli
 - Kasvojen ilmeet
 - lohduttaminen
- Arvioidaan pistein 0-2 jokainen osa-alue ja lasketaan pisteet yhteen.
 - Kokonaispistemäärä 0=kivuton, 10=pahin mahdollinen kipu

Kivun lääkehoito

Tavoitteena ehkäistä kipua ja poistaa jo esiintyvää kipua

Usein käytössä säännöllinen, jatkuva kipulääke +
tarvittava kipulääke

PO-lääkkeet

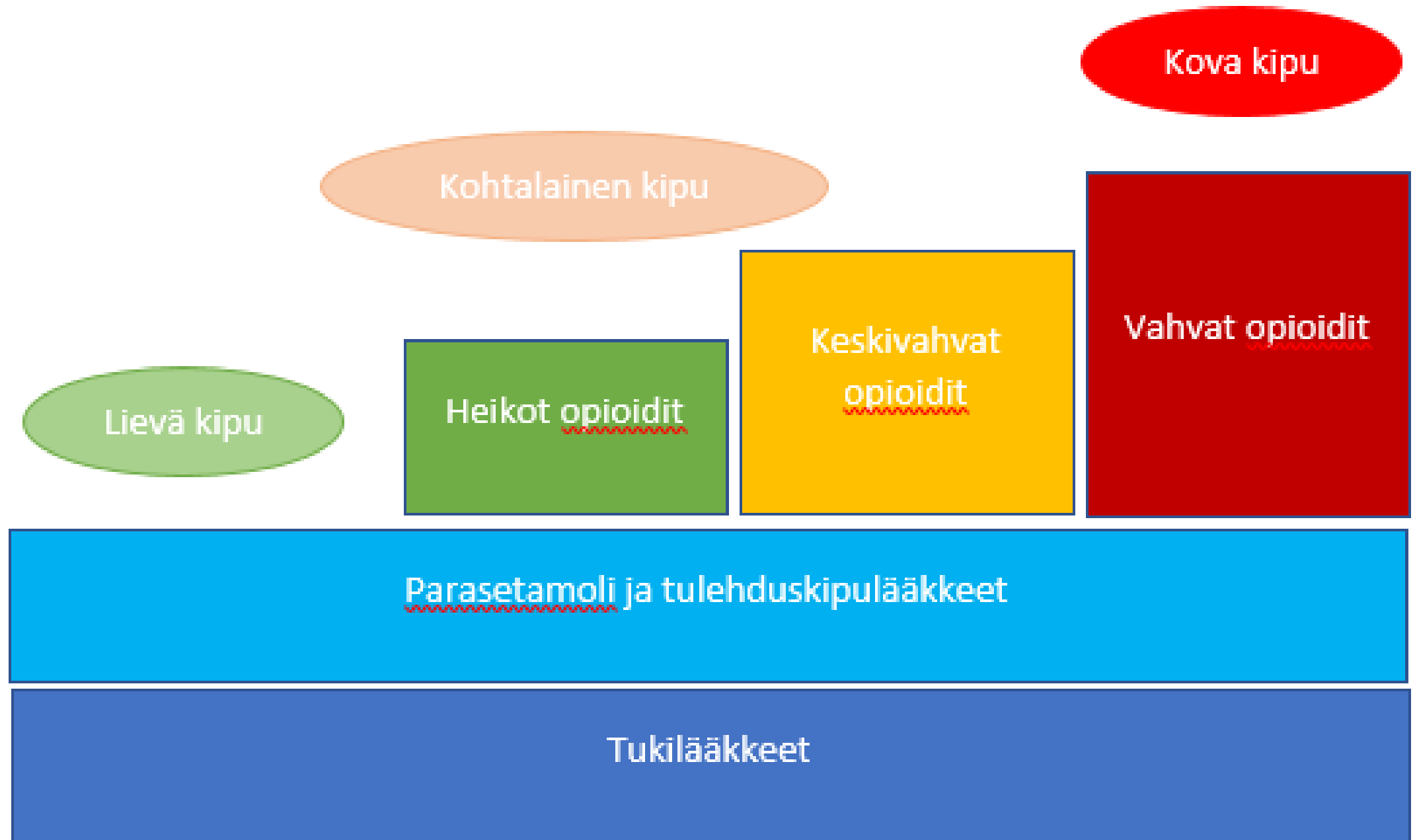
Kipulaastarit

Kipupumppu eli lääkeannostelija

IV-kipulääkkeet

IM-kipulääkkeet

WHO Kivun hoidon portaat



Parasetamoli

- Alentaa kuumetta ja lievittää kipua, Ei poista tulehdusta
- Sopii hyvin erityisesti lapsille, iäkkäille, raskaana oleville ja imettäville sekä astmaatikoidille
- Tulehduskipulääkkeitä hellävaraisempi munuaisille ja maha-suolikanavalle
- Saatavilla tablettina, poreina, rakeina, oraalisuspensiona, peräpuikkoja jne
- Maksimiannos aikuisille 3 g/vrk
- Pahimmillaan voi aiheuttaa **maksavaurion** ja kuoleman
 - Myrkytystä hoidetaan asetyylikysteiinillä

Parasetamolin kauppanimiä

- Pamol, Panadol, Panadol Forte, Panadol Novum
- Parasetamoli + kofeiini: Panadol Coffein
- Parasetamoli + kodeiini: Panacod
- Parasetamoli + tramadoli: Trapalgin

Tulehduskipulääkkeet

- Eli NSAID-lääkkeet (non-steroidal anti-inflammatory drugs)
- Vähentävät tulehduksen välittäjäaineiden tuotantoa, jolloin kipu helpottuu (analgeettinen vaikutus), estävät verihiutaleiden paakkuuntumista (antitromboottinen vaikutus) ja lievittävät tulehdusta (anti-inflammatorinen vaikutus)
- Haittana se, että voivat estää myös elimistön suojausmekanismien toimintaa
 - Haittavaikutuksina ruuansulatuskanavan oireet, ulkus, heikentävät munuaisten toimintaa ja aiheuttavat turvotusta ja nesteen kertymistä
 - Suurina annoksina riski saada valtimotukoksen seurauksena sydäninfarkti tai aivohalvaus suurenee
 - Astmaatikoille ei oikein sovi
- Useita eri lääkemuotoja saatavilla, herkille voi sopia geeli

Tulehduskipulääkkeiden kauppanimiä

- Ibuprofeiini: Burana, Ibumax, Ibumetin
- Naprokseeni: Pronaxen, Naprometin
- Diklofenaakki: Voltaren, Diclomex
- Indometasiini: Indometin
- Meloksikaami: Mobic
- Nabumetoni: Relifex
- Etorikoksibi: Arcoxia
- Selekoksibi: Celebra

Opioidit

- Eli euforisoivat analgeetit, kipua lievittäviä mutta eivät poista tulehdusta
- Estävät kipuviestien syntyä salpaamalla kipureseptoreita ja estämällä kipua välittävien hermoimpulssien kulkeutumista keskushermostoon
- Addiktiivisia, väärinkäytön riskit
- Lopettaminen voi aiheuttaa vieroitusoireita, lopetus vähitellen

Opioidien kauppanimiä

- Heikot opioidit
 - Tramadoli: Tramal retard, Tradolan retard, Tramadin, Tramadol
 - Kodeiini: Panacod, Altermol, Ardinex
- Keskivahvat opioidit
 - buprenorfiini: Buprefarm, Subutex, Nospan, Temgesic
- Vahvat opioidit
 - Fentanyyli: Durogesic, Fentanyl, Abstral
 - Hydromorfoni: Palladon
 - Metadoni: Dolmec
 - Morfiini: Depolan, Dolcontin, Morphin
 - Oksikodoni: Oxycodon, Oxycontin, Oxynorm, Targiniq

Vaikuttavuuden arviointi ja kirjaaminen

Kipumittarin muutos, koettu
muutos

Kirjaa tapahtumat,
muutokset, lääkkeen annot

- Muista kirjata antoaika, lääkkeen nimi ja vahvuus, lääkemuoto ja antotapa
- Kirjaa myös, jos potilas kieltäytyy
- Kirjaa mahdolliset haittavaikutukset



Kipulääkkeiden
haittana suun
kuivuminen

- Veden juominen
- Ruokaöljy
- Nenätipat tai suihke
- Keinოსylki



A large orange circle on the left side of the slide, partially cut off by the edge.

Kipulääkkeiden haittana ummetus

- Kuituja
 - Luumut
 - Liikuntaa
 - Säännöllisyys
 - Hyvä ulostusasento ja lämpimällä vedellä suihkuttelu
 - Fyssari avuksi
- 
- A series of four yellow curved dashes in the bottom right corner, forming a diagonal line.

TEHTÄVIÄ

- Pinkki kirja s. 369 t. 4, 5 ja 6.
- Palauta tehtävät yhtenä tiedostona Pedanetiin niille varattuun palautuskansioon.