



## Sterke pijnstillers

Als je ongeneeslijk ziek bent, kun je last hebben van heftige pijn die niet zomaar overgaat. In sommige gevallen zal de arts morfine of een andere sterke pijnstiller voorschrijven. Dit zijn opioïden. Zij kunnen pijn lang en goed bestrijden.

Soms zijn er zorgen of vragen over het krijgen van een zeer sterke pijnstiller. Hier lees je meer over opioïden en de feiten en fabels.

### Wat zijn opioïden?

Opioïden zijn medicijnen. Je kunt de medicijnen op verschillende manier krijgen, bijvoorbeeld als pilletje (tablet) maar ook als drank, pleister, zetpil, zuigtablet, neusspray of zelfs via een injectie of infuuspomp.

De medicijnen zijn sterke pijnstillers die ervoor zorgen dat de pijn verdwijnt of vermindert. Doordat je minder of geen pijn meer voelt, voel je je beter en kun je meer doen. Het is niet nodig om ermee te wachten tot het 'echt nodig is'.

Niet elke pijn kan worden behandeld met deze sterke pijnstillers. Zo wordt zenuwpijn meestal met andere medicijnen behandeld. Een zenuw kan ontstoken of beschadigd zijn of klem zitten. Dat kan zenuwpijn geven. Deze vorm van pijn reageert minder goed op opioïden.

### Welke opioïden zijn er?

Mensen kennen vaak morfine. Naast morfine zijn er fentanyl, buprenorfine, oxycodon, hydromorfon, methadon en tapentadol. Deze medicijnen werken ongeveer even goed. De bijwerkingen kunnen verschillen.

### Fabels over opioïden

Er zijn vaak verkeerde ideeën over opioïden (fabels). We zetten hier een paar dingen op een rij die niet waar zijn:

- Je raakt snel verslaafd aan opioïden
- Je hebt steeds meer opioïden nodig
- Opioïden hebben vaak ernstige bijwerkingen
- Als je opioïden krijgt voorgeschreven, betekent dit dat je bijna dood gaat
- Je leeft korter door opioïden

Er zijn wel een aantal dingen belangrijk als je opioïden krijgt voorgeschreven:

- Gebruik de pijnstillers alleen tegen de pijn en houd je aan de voorschriften van de arts.
- Voor langwerkende opioïden geldt dat je ze op een vast tijdstip inneemt, ook als je weinig of geen pijn hebt
- De dosering (de hoeveelheid die nodig is om de pijn te stillen) moet je arts bepalen. Het is daarom belangrijk dat je eerlijk en open bent over de pijn die je hebt. En welke bijwerkingen je hebt. Wanneer de pijnstiller niet goed (meer) helpt, kan de arts de dosis verhogen. Het is belangrijk dat je je aan de dosering houdt en nooit meer of minder medicijnen gebruikt dan voorgeschreven.
- De arts schrijft ook kortwerkende opioïden voor. Dat wordt ook wel doorbraakmedicatie genoemd. Die kun je innemen als de pijn plotseling toeneemt. De kortwerkende opioïden kun je ook gebruiken als je langwerkende opioïden inneemt. De kortwerkende opioïden worden niet op een vast schema ingenomen.
- Opioïden leiden vaak tot [moeite met poepen \(verstopping\)](#). Daarom schrijft de arts ook een laxeremiddel voor. Het is belangrijk dat je dat dagelijks gebruikt.
- Blijf je pijn houden of krijg je veel last van de bijwerkingen? Dan kun je overstappen naar een andere opioïde. Of op een andere manier de pijnstiller nemen. Dit bespreek je altijd met je arts. Als de oorzaak van je pijn weg is, kun je langzaam stoppen. Je kunt vaak niet direct stoppen. Dan kun je ontwenningverschijnselen krijgen.
- Opioïden kunnen ook in de [stervensfase](#) gebruikt worden, als iemand erge pijn ervaart. Je leeft niet korter door de zware pijnstillers.

Opioïden kunnen de oorzaak zijn van ernstige verwardheid (een delier). Lees [hier meer over een delier](#).

### Zijn opioïden verslavend?

Nee, opioïden zijn niet verslavend als je ze gebruikt als pijnstiller, en je houdt je aan de voorschriften van de arts. Iemand die geen pijn (meer) heeft en wel de pijnstillers blijft gebruiken kan er wel verslaafd aan raken. Dit komt door de opwinding (kick) die het geeft. Deze 'kick' heb je niet als de pijnstiller wordt gebruikt om pijn te verlichten.

Je kunt wel gewend raken aan de pijnstiller als je het lange tijd gebruikt. De arts kan dan de dosering verhogen. Dit kan geen kwaad, als je maar niet ineens

stopt met het innemen. Als de oorzaak van je pijn weg is, kun je ook stoppen met opioïden. Dit doe je altijd in overleg met je arts.

## Bijwerkingen van opioïden

Opioïden kunnen bijwerkingen geven zoals verstopping, [misselijkheid en overgeven](#), sufheid en een [droge mond](#). Ook mag je de eerste tijd geen auto rijden. Misselijkheid en sufheid gaan na een paar dagen meestal vanzelf over.

*Vaak zijn bijwerkingen minder erg dan de heftige pijn die jij ervaart. Het is belangrijk om goed na te denken wat je zelf wil. Ook in je laatste levensfase. Bespreek je wensen met je arts, zorgverleners en naasten. Vertel hun duidelijk wat je wilt. Dan kunnen zij jou de zorg bieden die bij jou past.*

## Opioïden in de stervensfase

In de laatste weken van je leven kan de pijn erger worden. Het is dan soms moeilijk of onmogelijk om pillen te slikken. Dan kun je zware pijnstillers in de vorm van een pleister of infuus krijgen.

Als de pijn niet minder wordt, en je hebt waarschijnlijk minder dan twee weken te leven kan de arts palliatieve sedatie voorstellen. Bij palliatieve sedatie krijg je andere medicijnen – vaak naast de opioïden – waardoor je minder bij bewustzijn bent (slaperig) en de pijn minder voelt. Je leeft niet korter met palliatieve sedatie. Lees [hier meer over palliatieve sedatie](#) en hoe het werkt.

## Opioïden bij benauwdheid

Soms worden opioïden ook voorgeschreven bij heel erge benauwdheid, bijvoorbeeld bij [zeer ernstige COPD](#). Als je opioïden tegen benauwdheid krijgt, is het ook belangrijk om ze alleen hiervoor te gebruiken en de voorschriften van de arts te volgen.

## Meer informatie

Heb je na het lezen van deze informatie nog vragen? Of zijn jouw klachten niet besproken? Bespreek het met jouw arts of verpleegkundige. Zij kennen jouw persoonlijke, medische dossier en kunnen je alles vertellen over zware pijnstillers. Geen vraag is dom, en het is belangrijk voor de zorgverlener om te weten waar jij mee zit, zodat ze de zorg kunnen geven die bij je past.

## Voor zorgverleners

Ben je zorgverlener en heb je vragen over bijzondere medicatietoepassingen, doseringen, toedieningswijze, dan kun je 24/7 contact opnemen met [consultatie palliatieve zorg](#).