

# Pijn in kaart gezet

Een recent onderzoek dat de naam PainSTORY kreeg, toont aan hoe (chronische) pijn het dagdagelijkse leven en de levenskwaliteit van patiënten aanzienlijk beïnvloedt.

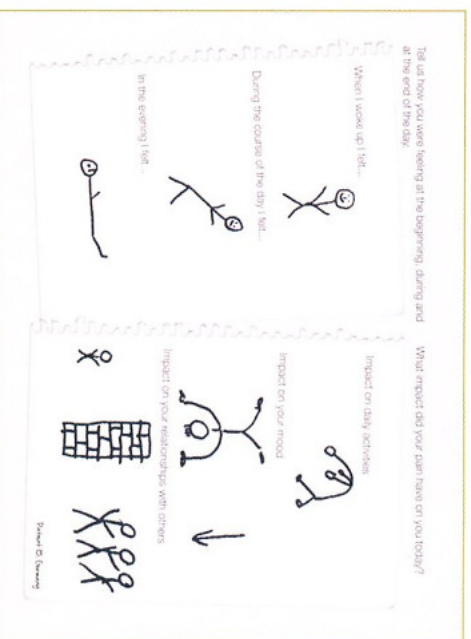
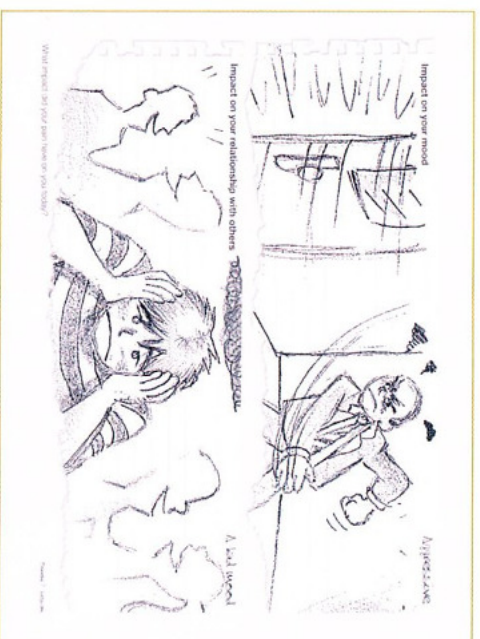
Caroline Boeur

**D**e Europese Week van de Pijn loopt dit jaar van 17 tot 24 oktober en het thema is rugpijn. Het is een uitstekende gelegenheid om 'het grote publiek' te sensibiliseren voor een aandoening die ontzettend vaak voorkomt in Europa. Zo heeft één op de vijf volwassenen last van chronische rugpijn of van een andere vorm van chronische pijn.

## Liefste dagboek

Tot voor kort wist men niet wat de precieze invloed was van pijn op de levenskwaliteit van de patiënten. Dankzij de PainSTORY (*Pain Study Tracking Ongoing Responses for a Year*) weet men nu dat de pijn voor zes patiënten op de tien zo erg is dat ze het gevoel hebben dat pijn hun leven bepaalt. Tweederde van de patiënten heeft slaapproblemen en 40% neemt minder lichaamsbeweging omdat het te pijnlijk is. Voor één derde van de patiënten is de pijn soms zo ondraaglijk dat ze nog liever dood zouden gaan.

De onderzoeksresultaten werden ingezameld bij 294 patiënten met chronische pijn in 13 Europese landen en over een periode van één jaar. De patiënten moesten een dagboek bijhouden waarin ze beschreven (met woorden of tekeningen) hoe ze de pijn ervaren. "Ik kan 's morgens niet uit mijn bed van de pijn. Ik moet mijn hele leven aanpassen



aan de pijn", zo schrijft een Finse patiënt. "De pijn is zo erg dat ik soms denk dat ik het alleen, zonder hulp, niet aankan. Ik voel mij veel ouder dan ik ben en dat is vooral te wijten aan het feit dat ik niet vrij kan bewegen", aldus een Ierse pijnpatiënt.

Acht patiënten op de tien zeggen dat de pijn een serieuze invloed heeft op hun levenskwaliteit: problemen bij het stappen (64%), moeite om zich te wassen of aan te kleden (30%), niet kunnen genieten van vrije tijd of familiale activiteiten (73%).

## Baan bemoeilijkt

Leven met pijn heeft ook gevolgen voor het professionele leven. Eén patiënt op de vijf heeft er zelfs zijn werk door verloren. Jaarlijks worden in Europa 500 miljoen dagen ziekteverlof genomen omwille van chronische pijn, goed voor zo'n 34 miljard euro. Het PainSTORY-onderzoek toonde overigens aan dat bijna vier patiënten op de tien hun werkwijze moesten aanpassen en dat 33% de werktijd moest verkorten.

Het onderzoek ging ook na wat de emotionele impact van pijn is. De resultaten maken duidelijk dat heel wat patiënten het gevoel hebben dat ze alleen staan in hun strijd tegen de pijn (44%) en dat net zoveel pijnpatiënten met zwaarmoedigheid en depressie kampen.

## Behandeling?

Er bestaan heel wat pijnbehandelingen, maar na een jaar zegt 95% van de patiënten nog altijd met pijn te kampen. Het onderzoek maakt dan ook duidelijk dat chronische pijn beter behandeld moet worden. "Patiënten met chronische pijn moeten grondig onderzocht en geëvalueerd worden door professionele zorgverstrekkers", zegt dr. Tony O'Brien, consultierend geneesheer in de palliatieve geneeskunde aan de Cork Universiteit. "Patiënten die pijn lijden, hebben nood aan een uitgebreide evaluatie en beoordeling door bekwame artsen. De doelstelling is om patiënten met chronische pijn de best mogelijke levenskwaliteit te garanderen."

PainSTORY werd uitgevoerd door een onafhankelijk marktonderzoekbedrijf in samenwerking met een stuurgroep die bestond uit het World Institute of Pain, de Europeaan Federation of IASP Chapters and OPEN Minds en werd gesponsord door een educatieve subsidie van Mundipharma International Limited.