

Ansigtudtryk	Upåvirket/afslappet	Bekymret, indadvendt	Hyppigt til konstant omkring munden eller sammenbidt
Ben	Normal position eller afslappet	Urolig, spændt	Trækker benene op sig, sparker
Aktivitet	Normal stilling eller ligger stille, bevæger sig frit	Vridder sig, kan ikke finde ro	"går i bro", stiv eller sig rundt
Gråd	Græder ikke (vågen eller sovende)	Klynker, klager af og til	Græder uafbrudt, selv eller klager sig hyppigt
"Trøstbarhed"	Tilfreds, afslappet	Kan beroliges ved berøring, ved at blive talt til og kan afledes fra smerten	Vanskelig til trøste og utrøstelig

Målet er:

Ved smertescore < 3 på FLACC skala *i hvile* ingen behandling

Ved smertescore < 5 på FLACC skala *i aktivitet* ingen behandling

Højere smertescore skal medføre iværksættelse af smerte-behandling.

Børn fra ca. 5 år

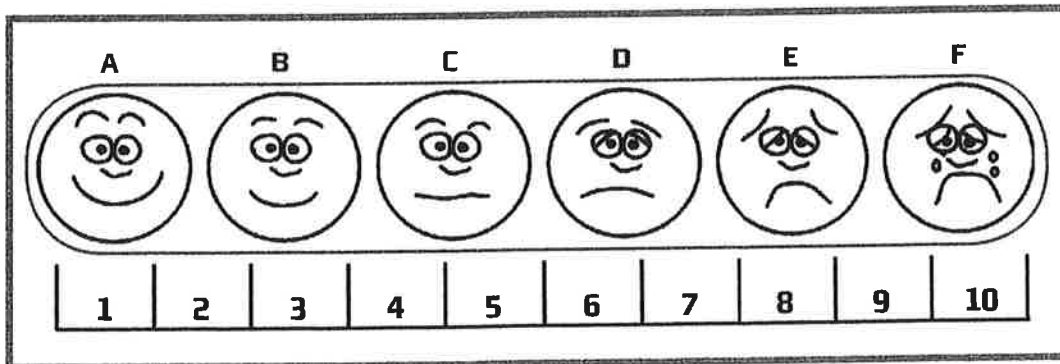
er i stand til at vurdere deres smerter ud fra en ansigtsskala (se nedenunder), hvor det gladeste ansigt er ensbetydende med ingen smerter, og det mest lidende ansigt er udtryk for de stærkeste smerter.

VAS:

Visuel Analog Skala.

Bruges til børn fra 5 år og opefter.

Her kan du se en oversigt over VAS-scoren, Wong-Baker-typen.



Forklaring til ansigterne på VAS Score:

A: Man kan gøre fuldstændig, som man plejer uden at tænke på, at det gør ondt

Generelle instruktioner til NIPS:

Ved hver scoring observeres barnet over 1 minut.

Tallene lægges sammen og summen noteres på observationsarket og dokumenteres i cosmic under smerter.

<p><u>Ansigtsudtryk</u></p> <p>0: Muskler afslappede, fredsfyldt ansigt, neutralt udtryk</p> <p>1: Grimassen, spændte muskler, rynkede bryn, kæber, kinder.</p>
<p><u>Gråd</u></p> <p>0: Ingen gråd, uden lyd</p> <p>1: Klynken, stille jamren</p> <p>2: Kraftig gråd, høje skrig, skrigende, vedvarende.</p>
<p><u>Respirationsmønster</u></p> <p>0: Afslappet, normalt</p> <p>1: Afvigende fra det normale, gisper, snapper efter vejret, uregelmæssig vejtrækning, hurtigere end normalt, forkvalmet, holder vejret.</p>
<p><u>Arme</u></p> <p>0: Afslappede, normal muskelspænding, periodevis tilfældige bevægelser af armene.</p> <p>1: Bøjede eller strakte arme og/eller hurtige bevægelser.</p>
<p><u>Ben</u></p> <p>0: Afslappede, normal muskelspænding, periodevis tilfældige bevægelser af benene.</p> <p>1: Bøjede eller strakte ben, stive og/eller hurtige bevægelser</p>
<p><u>Bevidsthedsniveau</u></p> <p>0: Sovende / vågen, opmærksom, veltilpas, fredfyldt.</p> <p>1: Anspændt /hvileløs/ opgivende</p>

FLAC-SKALA**Børn under ca. 7 år :**

vurderes efter FLACC skalaen (se nedenunder), som er en adfærdsscore, der udover små børn også kan bruges til børn uden sprog og til handicappede. Højeste score er her 10 point.

FLACC:

FLACC-skalaen, Face, Legs, Activity, Cry, Consolability er udviklet af Merkel et al. på C.S. Mott Children Hospital, University of Michigan i USA. Bruges til børn **fra 2 mdr til 5 år**.

FLACC-skalaen er valgt da den også er let og bruge og valideret. (Merkel et al, 1997)

Smerten vurderes efter barnets adfærd indenfor ovennævnte parametre, på dansk: Ansigtudtryk, ben, aktivitet, gråd og "trøstbarhed" (se ill 2.).

Hver kategori scores på en skala fra 0-2 og fører til en total score fra 0-10.

Vurdering af anfaldspoints:**Generelle instruktioner til FLACC:****Patienter som er vågne** : observer i mindst 1-3 minutter.

- Observer ben og krop utildækket
- Læg barnet godt til rette eller observer aktivitet
- Vurdér kroppens anspændthed og muskeltonus
- Forsøg at trøste ved behov

Patienter som sover: Observer i mindst 5 minutter.

- Observer kroppen og benene utildækket
- Hvis det er muligt, da læg barnet godt til rette
- Vurder barnets anspændthed og muskeltonus

FLACC	0	1	2
Ansigtstudtryk	Upåvirket/afslappet	Bekymret, indadvendt	Hyppigt til konstant dirren omkring munden eller sammenbidt
Ben	Normal position eller afslappet	Urolig, spændt	Trækker benene op under sig, sparker
Aktivitet	Normal stilling eller ligger stille, bevæger sig frit	Vrider sig, kan ikke finde ro	"går i bro", stiv eller kaster sig rundt
Gråd	Græder ikke (vågen eller sovende)	Klynker, klager af og til	Græder uafbrudt, skriger eller klager sig hyppigt
"Trøstbarhed"	Tilfreds, afslappet	Kan beroliges ved berøring, ved at blive talt til og kan afledes fra smerten	Vanskelig til trøste eller utrøstelig

Målet er:

Ved smertescore < 3 på FLACC skala *i hvile* ingen behandling
 Ved smertescore < 5 på FLACC skala *i aktivitet* ingen behandling
 Højere smertescore skal medføre iværksættelse af smerte-behandling.

Børn fra ca. 5 år

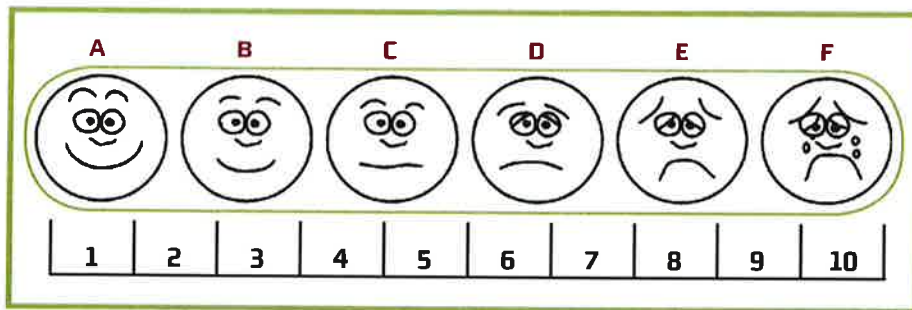
er i stand til at vurdere deres smerter ud fra en ansigtsskala (se nedenunder), hvor det gladeste ansigt er ensbetydende med ingen smerter, og det mest lidende ansigt er udtryk for de stærkeste smerter.

VAS:

Visuel Analog Skala.

Bruges til børn **fra 5 år og opefter**.

Her kan du se en oversigt over VAS-scoren, Wong-Baker-typen.



Forklaring til ansigterne på VAS Score:

- A: Man kan gøre fuldstændig, som man plejer uden at tænke på, at det gør ondt
 B: Man kan gøre, som man plejer, men af og til må man standse op, fordi det gør ondt
 C: Man har mest lyst til at sidde stille og få læst en historie eller se fjernsyn, fordi det gør ondt
 D: Man tænker på, at det gør ondt hele tiden
 E: Man har så ondt, at man har lyst til at græde, fordi det gør ondt
 F: Man har så ondt, at man slet ikke kan holde det ud

Målet er:

- Ved smertescore < 2 på ansigtsskala i hvile medfører ingen behandling
- Ved smertescore < 3 på ansigtsskala i aktivitet medfører ingen behandling
- Højere smertescore skal medføre iværksættelse af smertebehandling.

Når der anvendes smertescoringsredskaber, er det vigtigt at få dem introduceret korrekt for barnet, så de bliver anvendelige. Det kan være meget abstrakt for et barn at sætte ansigtsudtryk eller et tal på deres smerte. Derfor skal der knyttes nogle ord på ansigterne, som børnene kender fra deres hverdag.

- Eks.: "Når du er derhjemme og har det godt og laver det du allerbedst kan lide, hvilket ansigt vil du så beskrive det med?" Få børnene til at pege på skalaen. "Og hvordan har du det så lige nu?"
- Eller: "Når du er faldet i skolegården og har slået dit knæ, og du godt kan mærke det og skal ha' plaster på, hvilket ansigt vil du så beskrive det med" Få barnet til at pege på skalaen.
- Eller snak med børnene om hvad den allerværste smerte er de kan forestille sig. Er det at blive kørt over af en bil, at brække et ben, at skære sig med en kniv etc. Det skal så henvises til det mest lidende ansigt på skalaen.
- Der er stor forskel på børns angst og børns smerter, men de hænger ofte meget sammen og påvirker hinanden. Lær børnene at skelne mellem, hvor det gør ondt, og hvor de bliver bange. Få børnene til at score både deres angst og deres smerte. Mange børn er mere bange, end det gør ondt på dem. "Hvor ondt gør det? Hvor bange er du?"
- Fortæl børnene at vi kan hjælpe dem til at blive mindre bange ved ex. at vise film, at gennemgå proceduren med dem, at lade dem tegne, at lade dem deltage i så meget som muligt, at bruge mestringskasser m.m. Sig at vi vil hjælpe dem.
- Børn husker smerte! Spørg derfor ind til deres tidligere oplevelser med smerter, så eventuelle negative minder kan snakkes igennem og bearbejdes.

Tips og ideer:

- Inddrag forældrene i smertebehandlingen.
- Undgå PN ordinationer - anvend fast ordineret medicin.
- Ingen I.M injektioner.
- Varmepose
- varm stofble
- kølende pose

Anvend nonfarmakologisk medtoder som:

- Forældrenes tilstedeværelse
- Simpel og præcis information
- Hjælp barnet med at stille spørgsmål og udtrykke følelser
- Afledning/distraction
- Massage
- Afslapningsmusik
- Fantasirejse
- At der er ro, at barnet har en tør ble, at det er mæt, dvs. er alment veltilpas, bortset fra smerterne.

Dokumentation

Det dokumenteres i cosmic under "Smerter".

Referencer/Litteratur

- Henvisningsmateriale fra Børnesmertesyeplejerske Gitte Agaard og overlæge Søren Walther-Larsen, Juliane Marie Centret, Rigshospitalet.
 - Undervisningsmateriale fra psykolog Mikael Thastum.
- Begge dele fra Landskurset for Børnesygeplejersker, maj 2006.
- "Smerter" Baggrund, evidens og Behandling af Blå. Troesl Stæhelig Jensen, Fads Forlag udg. 2009
- Smertescoraskema fra Børneafdelingen ved Hillerød Sygehus, 1999.