



VARBERGS
KOMMUN

Smärtskattningsinstrument och smärtanalys

Policy
Program
» Riktlinje
Strategi
Anvisning
Handlingsplan

Beslutad av: Medicinskt ansvariga	Beslutsdatum 2021-09-03	Diarienummer	Dokumentansvarig avdelning Socialförvaltningen, Förvaltningsledningsstaben
---	----------------------------	--------------	--

Bakgrund

Smärta är ett vanligt förekommande symptom. Skattning av patientens smärtintensitet är en förutsättning för att kunna ge adekvat smärtlindring och för att kunna kvalitetssäkra de smärtbehandlingsmetoder som används. Smärta är alltid en personlig upplevelse som kan påverkas i olika grad av biologiska, psykologiska och sociala faktorer. Det är genom erfarenheter i livet individer lär sig vad smärta är. En persons beskrivning av att uppleva smärta ska respekteras. Att med ord beskriva smärta är enbart ett av många sätt att uttrycka smärta; oförmåga att kommunicera hindrar inte att en människa upplever smärta.

Medicinskt ansvariga i Varbergs kommuns har förordar att nedanstående validerade smärtskattningsskalor och smärtanalysinstrument är dem som skall användas i verksamheten. Dock finns variationer för vilken skattningsskala eller smärtanalys som är lättast för patienten och verksamheten att använda. Det är då viktigt att dokumentera vilken skala/analys som används. Nedanstående smärtskattningsskalorna och/eller smärtanalys skall täcka alla olika behov som finns inom den kommunala hälso- och sjukvården. Rutiner för smärtskattning kan behöva utformas olika beroende på den verksamhet som bedrivs. Därför tar denna riktlinje inte upp hur verksamheten arbetar med smärtskattning och smärtanalys, det tas fram av verksamheten.

- Patienten bör i möjligaste mån skatta sin smärta själv, så kallad självskattning.
- Kan patienten inte skatta sin smärta själv med endimensionell skala eller oförmåga att uttrycka sig i tal skall beteendeskala användas.
- Smärtskattningen ska ske med hjälp av de validerade instrument som beskrivs nedan.
- Smärta bör skattas både i vila och vid rörelse. Smärtintensitet och den funktionsnedsättning som eventuellt orsakas av smärtan underskattas lätt om smärtskattning bara utförs i vila.
- Genombrottssmärta ska utvärderas både före och efter vid behovsmedicinering.

Skattning av smärtintensitet är en del av en komplett smärtanalys, en smärtanalys ger svar på frågorna:

- Intensitet - hur ont gör det?
- Lokalisation - var gör det ont?
- Varaktighet - när gör det ont?
- Karaktär - på vilket sätt gör det ont?

Syfte

Genom att använda nedanstående validerade smärtskattningsskalor och smärtanalysinstrument möjliggöra ett systematiskt arbetssätt inom den kommunal hälso- och sjukvård i Varbergs kommun avseende smärta. Smärtskattning genomförs vid bedömning av smärta för att kunna planera och vidta åtgärder samt följa upp effekt av insatt behandling

Smärtskattningsskalor

Endimensionella skalor:

Skattningsskattningsskalor ska vara enkelt att förstå och lätt att använda. I första hand skattas smärtans intensitet.

De rekommenderade endimensionella skalorna är:

VAS: Visuell Analog Skala. Patienten skattar sin smärta på en VAS-sticka. Poängen avläses på baksidan där 0 = ingen smärta och 10 = värsta tänkbara smärta

NRS: Numerisk Skala. Patienten skattar sin smärta muntligt på en skala mellan 0 – 10 där 0 = ingen smärta och 10 = värsta tänkbara smärta

Beteendeskakor:

Abbey Pain Scale – för bedömning av smärta hos personer med demenssjukdom eller kognitiv påverkan. Dessutom kan den användas till personer som har svårt att beskriva sin smärta i tal och/eller oförmåga att använda endimensionella skalor.

Smärtanalys:

Är en mer djuplodande smärtutredning, nedanstående instrument kan användas var och en för sig eller tillsammans.

Smärtritning - Smärtritning består av en kroppsschablon, På schablonen ritas patienten in de smärtande områdena och en beskrivning hur den upplevs vilket ger en översikt var och hur patienten upplever sin smärta.

Smärtformulär *BPI-SF – Formulär med nio frågor som används för att utvärdera svårighetsgraden av en patients smärta och hur smärtan påverkar det dagliga livet. Skall kompletteras med smärtritning

Smärtdagbok – används för att kartlägga smärtan över dygnet och vilka åtgärder som vidtagits samt resultat.

Barn och smärtskattning

Hos små barn (0-3 år) som ännu inte har ett utvecklat språk finns en beteendeskala FLACC. Med hjälp av FLACC bedöms fem olika smärtbeteenden. Observera barnets ansikte, ben, aktivitet, gråt och tröstbarhet och bestäm en poäng mellan 0-2 med vilken barnets beteende överensstämmer. Poängen kan högst bli tio och ska dokumenteras.

Barn 0-3 år och barn med flerfunktionsnedsättning används FLACC enligt skala nedan.

	0	1	2
Ansikte	Normalt ansiktsuttryck eller ler	Bister uppsyn, rynkar pannan av och till, tillbakadragen, ointresserad	Frekvent eller konstant rynkad panna, darrande haka. Ihopbitna käkar
Ben	Normal ställning eller avslappnad	Oroliga, rastlösa eller spända ben	Sparkar eller uppdragna ben
Aktivitet	Ligger lugnt eller normal position, rör sig obehindrat	Skrugar sig, ändrar ofta ställning, spänd	Sprättbåge, rycker till eller stel
Gråt	Ingen gråt (vaken eller sover)	Gnäller eller jämrar sig, klagar av och till	Gråter ihållande, skriker eller snyftar, klagar ofta
Tröstbarhet	Nöjd, avslappnad	Kan lugnas med beröring, kramar eller prat. Avledbar.	Svår att trösta eller lugna

Observera barnets ansikte, ben, aktivitet, gråt och tröstbarhet i några minuter. Bestäm vilken poäng (0-1-2) barnets beteende överensstämmer med. Poängen summeras. Barnet kan få högst 10 poäng. Dokumentera.

Barn mellan 4-16 år kan skatta sin smärta med hjälp CAS se nedan. Stickor finns på barnkliniken Hallands sjukhus. Barn från och med 8 år kan klara av att skatta sin smärta själva med VAS eller NRS.

CAS – Coloured Analog Scale

Graderas upp till 10. > 3 skall behandlas

1. Inga smärtor.
2. Smärtor som jag enkelt kan bortse från.
- 3-4. Smärtor som jag inte kan bortse från, men som ändå inte hindrar mig i det dagliga livet.
5. Smärtor som gör det svårt för mig att koncentrera mig, som t.ex att läsa en bok.
- 6-7. Smärtor som förstör det mesta av det jag gör.
8. Smärtor som är så starka att det är det enda jag tänker på.
- 9-10. Smärtor som är så starka att jag inte står ut!



