



# De pijnbank van Oxford

Anders dan de titel doet vermoeden wordt in Oxford (Verenigd Koninkrijk) een website onderhouden die juist gewijd is aan de bestrijding van pijn. De Oxford Pain Internet Site is een databank die het iedere bezoeker van deze site mogelijk maakt informatie te verzamelen over de verschillende vormen van pijn en de bestrijding daarvan. Ook de deskundige die met pijnbestrijding te maken heeft, kan op deze site terecht en vindt er veel wetenswaardigheden die hem bij de beroepsuitoefening behulpzaam kunnen zijn.

De Oxford Pain Internet Site is onderdeel van een hele verzameling sites, die onder de hoede vallen van het grote, zich voornamelijk met probleemgestuurde geneeskunde bezighoudende periodiek 'Bandolier', dat maandelijks wordt uitgegeven. Ook dit tijdschrift is via internet in te zien, maar daarover meer in een volgende bijdrage.

De Oxford Pain Internet Site heeft als adres: [www.jr2.ox.ac.uk/bandolier/booth/painpag/index.html](http://www.jr2.ox.ac.uk/bandolier/booth/painpag/index.html). De website zelf is eenvoudig van opzet en bestaat uit een lange lijst van koppelingen naar artikelen over vele aspecten van pijn. Deze lijst van onderwerpen kent een hoofdindeling in acute en chronische pijn, die ieder weer in talloze subonderwerpen zijn verdeeld. Onderaan de lijst is nog een aantal links te vinden naar aparte onderwerpen over bijvoorbeeld allergie, kanker, hartkwalen, drugs, erfelijke afwijkingen en meer van dergelijke spraakmakende zaken die niet direct met pijnbestrijding te maken hebben.

Ieder artikel dat met de titel als link kan worden geopend, heeft een vaste indeling. Deze bestaat om te beginnen uit een duidelijke samenvattende conclusie over het toegepaste middel of de methode. Daarna volgt een systematische maar bondige beschrijving van de geraadpleegde onderzoeken en de resultaten daarvan die tot de vermelde conclusie hebben geleid, en – indien relevant – een commentaar op het gehele rapport. De meeste van deze rapportages worden verduidelijkt met tabellen over doseringen, leeftijden, geslacht en andere parameters.

## Acute pijnbestrijding

De rubriek acute pijn kent drie onderdelen, te weten een lijst met analgetica (Analgesics), een lijst met andere middelen en methoden (Other acute pain interventions) en een korte lijst over pijn bij de bevalling (Labor pain). De opsomming van onderzochte analgetica is alfabetisch gerangschikt en bevat ook eenvoudige producten, zoals aspirine, paracetamol en dergelijke, maar ook middelen die in Nederland onder de opiumwet vallen. De lijst bevat vele interessante artikelen, bijvoorbeeld over het gebruik van paracetamol in combinatie met andere stoffen, zoals codeïne. Uit het betreffende artikel blijkt duidelijk dat bij meer dan de helft van de patiënten met acute pijn paracetamol in combinatie met codeïne zeer effectief is en nog steeds het middel van de eerste keus is. De lijst met andere middelen en methoden behandelt onder andere acupunctuur, zelfmedicatie door patiënten en verschillende ontspannings-

technieken. De pijnbestrijding bij bevalling beschrijft onder meer de ruggenprik.

## Chronische pijnbestrijding

De rubriek over chronische pijnbestrijding is omvangrijker dan de rubriek over acute pijnbestrijding en bevat behalve de eerder genoemde onderdelen van de acute pijnbestrijding nog een groot aantal medicijnen en therapieën die gegroepeerd zijn onder de noemers 'Musculoskeletal', 'Cancer', 'Migraine and Headache' en 'Neuropathic'. Wat opvalt in deze rubriek is dat de lijsten met artikelen over rug- en gewrichtspijnen verreweg het langst zijn. De groep over hoofdpijnen is dermate uitgebreid dat men hiervoor een link naar een aparte grote website heeft gelegd. 'Neuropathic' beschrijft onder ander diverse antidepressiva en trigeminusneuralgieën. Aansluitend aan deze rubrieken zijn er nog wat aanvullende artikelen te vinden met als titel 'A little bit of wisdom', waarin onder andere algemene richtlijnen voor pijnbestrijding worden gegeven, het ondersteunen met antidepressiva wordt besproken en de bijwerkingen van bepaalde medicijnen worden belicht.

## Pijnbestrijding in de tandheelkunde

Een aparte rubriek over pijnbestrijding in de tandheelkundige praktijk zoekt men tevergeefs. De algemeen practicus kan echter wel op deze website ondersteuning vinden in de bestrijding van pijn, als hij uitgaat van de in Nederland beschikbare en gangbare middelen. Zo is er veel informatie te vinden over het gebruik van paracetamol al of niet gecombineerd met andere stoffen. Ook het gebruik van ibuprofen bij de bestrijding van postoperatieve pijn wordt besproken. Verder is het artikel over de non-medicinale methoden voor acute pijnbestrijding bij kinderen nog interessant.

Treffend zijn ook twee artikelen over het gebruik van acupunctuur in de tandheelkunde. Het ene beschrijft onderzoek naar de effectiviteit hiervan tijdens het boren en het andere over de bestrijding van chronische pijnen bij mandibulaire dysfunctie. Voor beide methoden werd onvoldoende bewijs voor een therapeutisch effect gevonden. Met één uitzondering: er zou sprake zijn van enige verlichting na een extractie als direct daarna 15 minuten elektroacupunctuur volgens de Ho-Ku-methode wordt toegepast. In het kader van dit thema over oral medicine is het aan te bevelen ook eens deze website te bezoeken, al is het alleen al om de conclusie te kunnen onderschrijven die in één van de artikelen over acute pijn wordt gegeven, namelijk dat pijn (ook bij de tandarts) geen zaak meer is voor die andere zorgverlener (huisarts of specialist). Honderdvijftig jaar na de eerste ingreep onder volledige anesthesie hoeft niemand meer met pijn de praktijkkamer te verlaten.

S.L. Liem, redacteur internet