

A fájdalom néhány lehetséges mérőeszköze

- BODIES skála
- FLACC skála
- PAINAD skála
- MSSE teszt

BODIES skála

- B – Milyen viselkedést láttál?
- O – Milyen gyakran történt?
- D – Mi történt a viselkedés időtartama alatt?
- I – Milyen intenzív a viselkedés?
- E – Hatékony volt-e a kezelés, amit kapott?
- S – Mi okozta és mi állította meg a cselekvést?

FLACC skála

Arc	0 - nincs kifejezés és mosoly	1 - esetenként grimasz, szemöldökét összehúzza, fenyegetően néz, érdektelen, közömbös arcot vág	2 - állandó szemöldök ráncolás, összeszorítja az állkapcsát, remegnek az ajkai
Lábak	0 - normál helyzetben vannak, nyugalomban vannak	1 - nyugtalan, görcsös tartás	2 - rúgás vagy felhúzott lábak
Tevékenység - mozgás	0 - fekszik csendesen és könnyen mozog	1 - görcsös helyzet és előre-hátra hintázik, vonaglik	2 - teste ívben merev vagy rázkódik
Sírás	0 – nincs	1 - nyöszörgés ,esetenként panaszos	2 - állandó sírás, üvöltés, állandóan panaszkodik
Vigasztalhatóság	0 - nyugodt	1 - el tudod érni érintéssel, öleléssel, beszélgetéssel	2 - vigasztalhatatlan és nem tudjuk kiváltani a komfortérzetet

PAINAD skála

Meghatározandók	0	1	2	Pontszám
Zajos légzés	normál légzés	esetenként zajos légzés, rövid idejű hiperventillációval	zajos légzés, hosszú idejű hiperventillációval	
Negatív érzelmeket kifejező hangok	nincs	esetenként nyöszörög, morog, alacsony szintű beszéd, amely negatív és nem helyénvaló	Ismétlődő zavaros kiabálás, hangos nyögés és morgás, sírás.	
Arckifejezés	mosoly vagy semmi	szomorúság, félelem, összehúzott szemöldök	teljes grimasz, torzult arc	
Testbeszéd	nyugalmas testtartás	görcsös és stresszes tenzió, izeg-mozog	merev, összeszorított ököl, felhúzott térdek , taszító, hirtelen kicsapások	
Vigasztalhatóság	nincs rá szükség	hanggal vagy érintéssel nyugtatható	nem lehet megnyugtatni	

MSSE – a szenvedő állapot vizsgálata

Kategóriák: 1-10:

1. Nem nyugodt
 2. Kiabál
 3. Fájdalom látszódik
 4. Decubitus
 5. Alultáplált
 6. Evési rendellenességek
 7. Támadó
 8. Instabil egészségügyi állapot
 9. Szakember véleménye szerint szenved
 10. A család véleménye szerint szenved
- 1 pont, ha a meghatározás igen és 0 pont, ha nem.
- 0-3 alacsony szintű fájdalom
4-6 közepes szintű fájdalom
7-10 magas szintű fájdalom

PACSLAC – fájdalommérő, ellenőrző lista

Arckifejezés

grimasz, változás a szemekben, szemöldök összehúzása, nyitott száj, összeszorított fogak, ráncolt homlok, arcrándulás

Testmozgás, tevékenység

nem együttműködő, elutasítja a segítséget, őrzi a fájdalmas területet, nyugtalan, merev, elutasítja a gyógyítást

Szociális, személyiségi és hangulati jelzők

fizikai és szóbeli agresszió, megérinthetetlen, eldobál dolgokat, növekvő zavarodottság, feldúltság, nyugtalanság

Fiziológiai jelzők, evés, alvás, beszéd - hang

sápadt arc, könnyes szem, izzadás, étvágyban bekövetkező változások, kiabálás, ordítás, nyöszörgés, morgás