





# Les 1: Waarom voelen wij pijn?



Je vind het misschien raar, maar  
pijn is in veel gevallen goed voor  
ons!



Pijn is een alarm dat ons  
waarschuwt voor gevaar in het lijf.





Pijn laat je weten wanneer je op een scherp voorwerp gaat zitten of wanneer je in een glasscherf trapt.



# Au!

De Fransen zeggen 'ai!', de Duitsers 'Autsch!', de Chinezen iets dat op 'jaj!' lijkt, terwijl hun Japanse buren een hard 'itai!' uitslaan. 'Auw' is een uitroep, en die zijn meestal kort, bondig en makkelijk uit te spreken.





Pijn helpt ons dus ons lichaam te beschermen tegen gevaar en de juiste keuzes te maken wanneer er gevaar dreigt.



Het pijnsysteem bestaat zenuwcellen die ons waarschuwen, een soort alarmsysteem, zoals een inbrekersalarm.







Het kan zo zijn dat een  
alarmsysteem niet goed werkt in  
ons lijf of dat het systeem  
verstoord is.



Net als bij een autoalarm dat gaat gillen wanneer het hard waait en er geen inbreker in de buurt is: dat klopt niet!



Het pijnsysteem werkt niet goed,  
wanneer het niet genoeg  
pijnsignalen geeft.



Je zou kunnen denken dat een  
leven zonder pijn geweldig is, maar  
dat is niet zo.....



Mensen die geen pijn voelen leren niet om gevaarlijke en bedreigende situaties uit de weg te gaan.



Het pijnsysteem kan ook op een andere manier in de war zijn.....en dat is wanneer het teveel pijnsignalen afgeeft.



Wanneer dit gebeurt doen dingen  
veel pijn die normaal een beetje  
pijn zouden doen.....zoals het  
aantrekken van een schoen.



En dingen die normaal geen pijn  
doen beginnen nu wel ineens pijn  
te doen.....zoals een knuffel of een  
boks van een vriend.





Of gewoon dingen doen die je  
normaal ook doet....fietsen naar  
school, sporten, uitgaan met je  
vrienden.





En soms ontstaat er gewoon pijn op plekken in je lijf waar je anders nooit geen pijn voelde....dat is gek!