

IL DOLORE

QUESTA SCHEDA FORNISCE INFORMAZIONI PER CAPIRE COS'È IL DOLORE E COME QUESTO POSSA ESSERE GESTITO CON UNA TERAPIA ADEGUATA.

COS'È IL DOLORE.

Il dolore è un messaggio che ci manda il nostro corpo. È un'esperienza conosciuta da tutti perché prima o poi tutti lo provano.

Nessuno conosce le caratteristiche del dolore come la persona che ne soffre. Per questo motivo, quando si prova dolore, è di fondamentale importanza comunicare correttamente le caratteristiche al personale sanitario (medici e infermieri).

COME RIFERIRE E MISURARE IL DOLORE.

Per il medico è importante capire com'è il dolore e quanto è forte per prescrivere il giusto trattamento. Per descrivere il dolore è necessario spiegare:

- **com'è** il dolore (una fitta, un peso, un bruciore...);
- **dov'è** il dolore (la sede e l'irradiazione, ad esempio dal gluteo verso una delle gambe);
- **quanto è forte** il dolore, immaginando una scala con numeri che vanno da 0 a 10, dove 0 indica l'assenza di dolore e 10 indica il dolore più forte che si possa immaginare;
- **quando è iniziato** il dolore (ore, giorni, settimane...);
- **quanto il dolore limita** la sua vita dentro e fuori casa;
- **cosa migliora o peggiora** il dolore (ad esempio il cibo, il movimento, alcune posizioni, il riposo);
- **se ha assunto farmaci**, anche per brevi periodi, contro il dolore.

LA TERAPIA DEL DOLORE.

Per diminuire il dolore si utilizzano farmaci, anche potenti come la morfina, somministrati per bocca o tramite cerotti, iniezioni o infiltrazioni a livello di colonna spinale, articolazioni e nervi periferici.

Oltre ai farmaci esistono altri modi di gestire il dolore a seconda della malattia, delle condizioni generali di salute, del tipo e dell'intensità del dolore provato. Il suo medico l'aiuterà a trovare la terapia più efficace per lei.

Se dopo l'inizio della terapia compaiono nuovi problemi o peggiorano disturbi già presenti o la terapia non è efficace, ne parli subito con il suo medico.

RISPOSTE ALLE DOMANDE PIÙ FREQUENTI.

Il dolore cambia da persona a persona?

Sì, la stessa causa di dolore può determinare in una persona un dolore lieve e in un'altra un dolore fortissimo. L'intensità del dolore dipende da tanti fattori ed è diversa da persona a persona.

Posso sopportare per un po' di tempo il dolore e prendere le medicine per il dolore solo quando diventa forte?

Meglio di no. Il dolore affatica il corpo e la mente ed i farmaci vanno assunti con regolarità. È importante seguire le indicazioni del medico (tempi e dosi).

Le medicine forti come gli oppioidi (ad esempio la morfina, il cerotto di fentanil, ecc.), possono essere presi per molto tempo?

Sì, anche per anni; nel tempo può essere necessario aumentare le dosi del farmaco. Questi farmaci non devono essere sospesi bruscamente di propria iniziativa.

Quando mi prescrivono farmaci forti come la morfina sono arrivato alla fine?

No, il dolore intenso va curato precocemente con i farmaci più forti come la morfina, che è sbagliato riservare alle fasi avanzate della malattia.

Dopo un intervento chirurgico si possono prendere medicine per il dolore?

Sì, il medico le prescriverà le medicine in base al tipo di intervento chirurgico e alle caratteristiche del dolore.

CHIEDA SEMPRE CHE LE SPIEGHINO QUELLO CHE NON CONOSCE O CHE LA PREOCCUPA. ANNOTI DI SEGUITO, PER NON DIMENTICARLE, LE DOMANDE CHE RITIENE IMPORTANTE FARE:

Gennaio 2016

A cura del gruppo referenti aziendali "Handbook il dolore".

Gli autori dichiarano che le informazioni contenute in questa informativa non hanno sponsorizzazioni o conflitti di interesse.
Le informazioni contenute non sostituiscono il rapporto medico/infermiere e paziente.