

Що робити при раковому болю

What to Do for Cancer Pain – Ukrainian

Біль - це сигнал, який подає ваше тіло, щоб повідомити про якісь порушення. Тільки вам відомо, коли у вас є біль і що ви при цьому відчуваєте. Якщо у вас онкологічне захворювання, це не обов'язково означає, що у вас буде біль. І якщо ви відчуваєте біль, він може бути викликаний не тільки раком. Будь-який біль можна і потрібно лікувати. негайно повідомте своїй команді медичних працівників про біль; біль легше лікувати на початковій стадії.

Коли раковий біль під контролем, ви почуваетесь більш комфортно і більше займаєтеся своїми звичайними справами, більше рухаєтеся, краще спите і проявляєте більший інтерес до того, що вам раніше подобалося.



Раковий біль може викликати

- Сам рак
- Операція з видалення раку, лікування та тести



Біль може впливати на всі сфери вашого життя.

- Ви можете бути не в змозі робити те, що потрібно.
- У вас можуть виникнути труднощі зі сном і харчуванням.
- Ви можете постійно почуватися втомленим або пригніченим.
- Ви можете відчувати роздратування, розчарування, сум і навіть злість.



Деякі факти про лікування ракового болю

- Раковий біль майже завжди можна контролювати.
- Кращий спосіб контролю ракового болю – це не допустити, щоб він розпочався і запобігти його погіршенню.
- Прийом знеболювальних препаратів від раку відповідно до інструкцій команди медичних працівників допоможе впоратися з болем.
- Більшість людей не відчувають наркотичного сп'яніння і не втрачають контролю над собою, коли приймають ліки від ракового болю згідно з інструкціями.

- Ви зможете впоратися з побічними ефектами знеболюючих препаратів або навіть запобігти їм.
- Ви можете вживати безмедикаментозні методи для боротьби з болем.



Знеболюючі препарати

Існує багато ліків, багато способів прийому ліків і багато методів лікування без ліків, які можуть полегшити біль. Співпрацюйте зі своєю командою медичних працівників у пошуку методу лікування ракового болю, який вам підходить якнайкраще.

Ось деякі питання, які ви можете задати своїй команді медичних працівників про ліки від болю:

- Скільки ліків мені слід приймати? Як часто я можу їх приймати?
- Якщо не допоможе, чи я можу приймати більше? Якщо так, то скільки?
- Чи я маю вам телефонувати перш ніж приймати більше?
- Що робити, якщо я забув їх прийняти або прийняв занадто пізно?
- Чи треба приймати ліки під час їжі?
- Скільки часу потрібно, щоб ліки почали діяти?
- Чи безпечно керувати автомобілем або користуватися технікою після прийняття знеболюючих ліків?
- Які ще ліки можна приймати разом з ліками від болю?
- Які ліки мені слід припинити приймати, коли я приймаю знеболюючі?
- Які побічні ефекти можуть в мене бути від ліків, як я можу їм запобігти, і що мені слід робити, якщо вони у мене з'явилися?
- Що я можу зробити, щоб полегшити біль без прийому ліків?



Як розповідати про біль

Скористайтеся шкалою рівня болю, щоб пояснити, який у вас біль.



Опишіть свій біль.

Ось деякі слова, які можна вживати:

- Тупий
- Гострий
- Ниючий
- Пульсуючий
- Пекучий
- Стріляючий
- Колючий
- Оніміння

Розкажіть своїй команді медичних працівників:

- Де ви відчуваєте біль
- Як довго він триває
- Що його полегшує або погіршує
- Чи заважає він вам робити те, що ви хочете
- Що ви пробували робити для полегшення болю і чи це допомогло



Поговоріть зі своєю командою медичних працівників

Поговоріть зі своєю командою медичних працівників, якщо біль не піддається лікуванню, якщо він посилюється або якщо ви не можете встати з ліжка понад 24-48 годин.



Щоб отримати інформацію та відповіді про рак, відвідайте веб-сайт Американського онкологічного товариства за адресою **cancer.org** або зателефонуйте нам за номером **1-800-227-2345**. Ми до ваших послуг, коли ми вам потрібні.

