

Cómo obtener ayuda para tratar el dolor causado por el cáncer

Getting help for cancer pain

Decimos que sentimos dolor cuando algo nos duele. Solo usted sabe cuán fuerte es el dolor que tiene y cómo lo siente. Informe de inmediato al médico y a la enfermera sobre el dolor que está comenzando a sentir; es más fácil tratar el dolor cuando este apenas empieza.

El dolor es la forma que tiene su cuerpo de decirle que algo anda mal. Sin embargo, el hecho de que tenga cáncer no siempre significa que va a tener dolor. Además, si siente dolor, puede que se deba a otras causas distintas al cáncer. Todo tipo de dolor puede y debe ser tratado.

El dolor asociado con el cáncer puede ser producido por:

- El cáncer mismo
- Tratamiento contra el cáncer
- Las pruebas que le están realizando

La jaqueca o la artritis también pueden causarle dolor.

El dolor puede afectar todos los aspectos de su vida. Si siente dolor:

- Es posible que no pueda hacer las cosas que necesita hacer.
- Puede que tenga dificultad para dormir y comer.
- Puede que sienta cansancio o “depresión” todo el tiempo.
- Es posible que tenga mal humor, frustración, tristeza e incluso enojo.

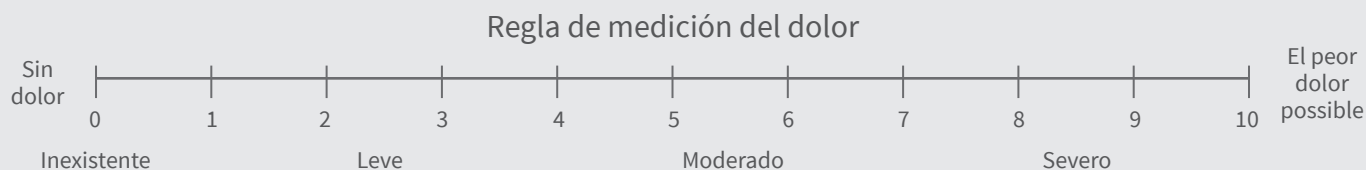
Sus seres queridos pueden no entender cómo se está sintiendo, y es probable que usted sienta mucha soledad en su angustia.

Algunos datos sobre el tratamiento del dolor causado por el cáncer:

- El dolor causado por el cáncer casi siempre se puede controlar.
- El control del dolor es parte de una buena atención contra el cáncer.
- La mejor forma de controlar el dolor causado por el cáncer es evitar que comience e impedir que empeore.
- Usted tiene derecho a solicitar que le controlen el dolor.
- Las personas que toman medicamentos para el dolor causado por el cáncer de acuerdo con las indicaciones del médico o de la enfermera, rara vez se vuelven adictas a estos medicamentos.
- La mayoría de las personas que toman medicamentos para el dolor causado por el cáncer según las indicaciones del médico o de la enfermera, no se drogan ni pierden el control.
- Hay cosas que usted puede hacer para controlar e incluso evitar los efectos secundarios de los medicamentos para el dolor.

Cómo describir el dolor que siente

Paso 1: Use una medición del dolor para explicar cuánto dolor siente.



Paso 2: Describa su dolor.

Algunas palabras que puede usar son:

- Leve
- Fuerte
- Agudo
- Constante
- Ardiente
- Lacerante
- Punzante

Paso 3: Informe a su equipo de atención contra el cáncer:

- Dónde tiene dolor
- Cuánto tiempo dura
- Qué es lo que hace que mejore o empeore el dolor
- Si le impide hacer las cosas que quiere hacer
- Qué cosas ha probado para aliviar el dolor y cuáles han funcionado

Medicamentos contra el dolor

Hay muchos medicamentos, muchas formas de tomarlos y muchos tratamientos sin medicamentos que pueden ayudarle a aliviar su dolor. Colabore con su equipo de atención contra el cáncer para encontrar el tratamiento que mejor le funcione para aliviar el dolor causado por el cáncer.

Aquí hay algunas preguntas que usted querrá hacerle al médico o a la enfermera sobre el medicamento para el dolor:

- ¿Cuál es la dosis que debo tomar? ¿Con qué frecuencia puedo tomarlo?
- Si no surte efecto, ¿puedo tomar más?
- ¿Debo llamarle antes de tomar más medicamento?
- ¿Qué pasa si me olvido de tomar el medicamento o si lo tomo mucho después de la hora en que debí tomarlo?
- ¿Debo tomar el medicamento junto con la comida?
- ¿En cuánto tiempo empieza a surtir efecto el medicamento?
- ¿Es seguro tomar bebidas con alcohol, conducir u operar maquinaria después de haber tomado el medicamento?
- ¿Qué otros medicamentos puedo tomar mientras tomo el medicamento contra el dolor?

- ¿Qué medicamentos debo dejar de tomar mientras estoy tomando el medicamento contra el dolor?
- ¿Qué efectos secundarios me podría causar el medicamento, cómo puedo evitarlos y qué debo hacer si los tengo?

Cuando se alivie del dolor causado por el cáncer, usted podrá:

- Estar activo.
- Dormir mejor.
- Disfrutar de la familia y de los amigos.
- Comer mejor.
- Disfrutar del sexo.
- Evitar la depresión.
- Hacer las cosas que necesita o quiere hacer.

No acepte el dolor como algo normal debido a que tiene cáncer. Usted tiene derecho a recibir tratamiento para aliviar el dolor.

