

Những việc cần làm khi bị đau do ung thư

What to Do for Cancer Pain - Vietnamese

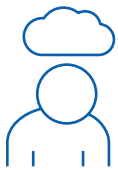
Cơn đau là cách để cơ thể của quý vị báo cho quý vị biết rằng có gì đó không ổn. Chỉ có quý vị mới biết khi mình có cơn đau và quý vị cảm thấy như thế nào. Việc bị ung thư không phải luôn có nghĩa là quý vị sẽ có cơn đau. Và nếu quý vị có cơn đau thì có thể là do những lý do khác ngoài bệnh ung thư. Tất cả các cơn đau đều có thể và nên được điều trị. Báo cho nhóm chăm sóc ung thư biết về cơn đau của quý vị ngay lập tức; việc điều trị cơn đau sẽ dễ dàng hơn khi nó mới bắt đầu.

Khi cơn đau do ung thư được kiểm soát, quý vị sẽ trở nên thoải mái hơn và thực hiện nhiều hoạt động bình thường hơn, chẳng hạn như có thể di chuyển nhiều hơn, ngủ ngon hơn và thấy hứng thú hơn với những điều quý vị từ trước yêu thích.



Cơn đau do ung thư có thể gây ra bởi

- Bản thân bệnh ung thư
- Phẫu thuật, phương pháp điều trị và các xét nghiệm cho bệnh ung thư



Cơn đau có thể ảnh hưởng tất cả các khía cạnh trong cuộc sống của quý vị.

- Có khả năng quý vị không thể thực hiện được những việc quý vị cần làm.
- Có khả năng quý vị sẽ gặp vấn đề về giấc ngủ và ăn uống.
- Quý vị có thể cảm thấy mệt mỏi hoặc “chán nản” hầu hết thời gian.
- Quý vị có thể cáu kỉnh, thất vọng, buồn chán và thậm chí giận dữ.



Một số sự thật về việc điều trị cơn đau do ung thư

- Cơn đau do ung thư hầu như là luôn có thể được kiểm soát.
- Cách tốt nhất để kiểm soát cơn đau do ung thư là không để cho nó bắt đầu và giữ cho nó khỏi trở nên tồi tệ hơn.
- Việc dùng thuốc giảm đau do ung thư theo hướng dẫn của nhóm chăm sóc ung thư sẽ giúp kiểm soát cơn đau.
- Hầu hết mọi người không bị hưng phấn hay mất kiểm soát khi dùng thuốc giảm đau do ung thư theo đúng cách được chỉ dẫn.

- Có những việc quý vị có thể làm để kiểm soát hay thậm chí là tránh được các tác dụng phụ của thuốc giảm đau.
- Có những điều quý vị có thể làm để kiểm soát cơn đau mà không cần dùng thuốc.



Thuốc giảm đau

Có nhiều loại thuốc, nhiều cách để dùng thuốc và nhiều phương pháp điều trị mà không cần thuốc có thể giúp giảm đau cho quý vị. Hãy làm việc với nhóm chăm sóc ung thư của quý vị để tìm phương pháp điều trị cơn đau do ung thư phù hợp nhất với quý vị.

Dưới đây là một vài câu hỏi quý vị nên đặt ra cho nhóm chăm sóc ung thư của mình về thuốc giảm đau:

- Tôi nên dùng lượng thuốc như thế nào? Tôi có thể dùng thường xuyên như thế nào?
- Nếu thuốc không có tác dụng thì tôi có thể dùng thêm không? Nếu có thì dùng thêm bao nhiêu?
- Tôi có nên gọi điện trước khi dùng thêm thuốc?
- Nếu tôi quên dùng thuốc hoặc dùng thuốc quá muộn thì sao?
- Tôi có nên dùng thuốc khi ăn không?
- Phải mất bao lâu để thuốc này bắt đầu phát huy tác dụng?
- Liệu có an toàn không khi lái xe hay vận hành máy móc sau khi tôi vừa dùng thuốc giảm đau?
- Tôi có thể dùng thuốc nào khác cùng với thuốc giảm đau này?
- Tôi nên dùng thuốc nào khi đang dùng thuốc giảm đau?
- Các phản ứng phụ nào có thể xảy ra do dùng thuốc, làm cách nào để tôi tránh được và tôi nên làm gì nếu có các phản ứng phụ?
- Có điều gì tôi có thể làm để giúp giảm đau mà không cần dùng thuốc không?



Cách để mô tả cơn đau của quý vị

Dùng thang đo độ đau để giải thích xem cơn đau của quý vị ở mức độ nào.



Mô tả cơn đau của quý vị.

Một số từ quý vị có thể dùng là:

- Đau âm ỉ
- Đau như lửa đốt
- Đau nhói
- Đau nhói lan tỏa
- Đau nhức
- Đau như kim đâm
- Đau nhói nhói
- Đau mất cảm giác

Báo cho nhóm chăm sóc ung thư của quý vị:

- Nơi quý vị có cơn đau
- Cơn đau kéo dài bao lâu
- Điều gì làm cơn đau đỡ hơn hoặc tệ đi
- Cơn đau có cản trở quý vị làm những việc mình muốn hay không
- Quý vị đã làm gì để bớt đau và việc đó có hiệu quả không



Trao đổi với nhóm chăm sóc ung thư của quý vị

Hãy trao đổi với nhóm chăm sóc ung thư của quý vị nếu cơn đau không đáp ứng với điều trị, trở nên tồi tệ hơn hoặc quý vị không thể ra khỏi giường trong hơn 24-48 giờ.



Để biết thông tin về bệnh ung thư và các câu trả lời, hãy truy cập trang web của Hiệp hội Ung thư Hoa Kỳ (American Cancer Society) tại cancer.org hoặc gọi cho chúng tôi theo số **1-800-227-2345**. Chúng tôi luôn ở đây khi quý vị cần.