

تسکین درد سرطان

توجه: این مطالب جنبه اطلاع رسانی دارد و توصیه می شود حتماً با پزشک معالج خود مشورت فرمائید.

اجازه ندهید که این نگرانیها باعث تداوم درد شما شوند:

میترسم معناد شوم !!!

واقعیت: اگر داروهای ضد درد در سرطان به درستی تجویز و مصرف شوند، به ندرت ممکن است بیمار به آنها معتاد شود. برای اطمینان از پزشک یا پرستار بپرسید که راه مصرف بی خطر داروهای ضد درد چیست. بسیاری از بیماران فقط تا وقتی که علت درد آنها برطرف شود به داروهای ضد درد نیاز دارند. زمانی که آنان آماده قطع دارو باشند، پزشک به تدریج مقدار آن را کم میکند. بدن بیمار تا زمانی که دارو کاملاً قطع شود فرصت کافی دارد تا با وضعیت جدید سازگار شود.

بعضی از بیماران نیاز دارند که به مدت طولانی دارو بگیرند. مصرف مرتب دارو نباید احساس «اعتیاد» در شما ایجاد کند. شما به توصیه پزشک خویش عمل میکنید و درمانی را که نیاز دارید میگیرید.

دوست ندارم که مثل یک «شاکلی» به نظر برسم.

واقعیت: شما حق دارید در مورد تسکین درد سوال کنید. در واقع تمام بیماران باید در مورد درد با پزشک یا پرستار خود صحبت کنند. هر چه زودتر در این باره صحبت کنید بهتر است. غالباً کنترل درد در مراحل اولیه که درد هنوز خیلی شدید نشده راحت تر است.

نمیخواهم کنترل خویش را از دست بدهم.

واقعیت: اکثر افراد در صورت مصرف درست داروهای ضد درد سرطان، کنترل خویش را از دست نمیدهند. در ابتدا که برخی از داروهای ضد درد را مصرف میکنید ممکن است احساس خواب آلودگی کنید، ولی این احساس غالباً پس از چند روز از بین میرود.

تعدادی از افراد با مصرف داروهای ضد درد سرطان دچار گیجی می‌شوند. در صورت بروز این حالت آن را به پزشک یا پرستار بگویید. تغییر میزان یا نوع دارو معمولاً باعث حل این مشکل می‌شود.

واقعتهای مهم درباره درمان درد در سرطان:

داشتن سرطان همیشه به معنای داشتن درد نیست. برای کسانی که درد دارند انواع مختلف داروها، راههای گوناگون مصرف، دارو و روشهای غیر دارویی مختلف برای تسکین درد وجود دارد. شما نباید درد را بعنوان بخش طبیعی از سرطان خود بپذیرد. زمانی که درد ندارید بهتر می‌توانید بخوانید و غذا بخورید، از بودن با خانواده و دوستان لذت ببرید، و به کار و سرگرمیهای خود ادامه دهید.

فقط خود شما میدانید که چقدر درد دارید. پس مهم است که هرگاه درد دارید به پزشک یا پرستار خویش بگویید. نه تنها درمان درد در مراحل اولیه آسانتر است، بلکه درد می‌تواند از نخستین نشانه‌های هشدار دهنده عوارض جانبی سرطان یا درمان آن باشد. شما به همراه پرستار و پزشکتان میتوانید درباره نحوه درمان دردتان صحبت کنید. شما حق دارید بخواهید دردتان تسکین یابد و لذا باید بر آن پافشاری کنید.

در اینجا به برخی از واقعتهای در باره درد سرطان میپردازیم که میتواند به پاسخگویی به برخی از پرسشهای شما کمک کنند.

درد سرطان را همیشه میتوان تسکین داد.

داروها و روشهای گوناگونی برای کنترل درد در سرطان در دسترس هست. باید از پزشک خود بخواهید که در پی تمام اطلاعات و منابع لازم برای راحت کردن شما تا حد امکان باشد. البته هیچ پزشکی نیست که همه چیز را درباره همه مسائل پزشکی بداند. اگر شما درد دارید و پزشکتان راه دیگری پیشنهاد نمیکند، دنبال یک متخصص درد باشید یا از پزشک خود بخواهید با یک متخصص درد مشورت کند. متخصصان درد میتوانند آنکولوژیست، متخصص بیهوشی، نورولوژیست یا جراح اعصاب باشند، یا از سایر پزشکان یا پرستاران باشند. تیم کنترل درد میتواند شامل روانپزشک و مددکار اجتماعی نیز باشد.

کنترل درد شما بخشی از درمان کلی سرطان است.

پزشک شما لازم دارد از شما درباره موارد موثر و بی‌اثر در درمان درد بشنود. پزشک شما با داشتن اطلاعات بیشتر از دردتان بهتر میتواند به تأثیرات سرطان و درمان بر بدن شما پی ببرد. بحث درباره درد باعث انحراف توجه پزشک درمان سرطان نخواهد شد.

شما حق دارید بخواهید دردتان تسکین یابد

همه افراد درد را به یک صورت احساس نمیکنند، نباید فکر کنید که اگر دردی بیش از سایر مبتلایان به همان نوع سرطان را تحمل میکنید «مرتاض» یا «قهрман» هستید. در واقع به محض شروع هر گونه درد باید درباره آن صحبت کنید. صحبت درباره درد با پزشک یا پرستار نشانه ضعف نیست. بخاطر داشته باشید که کنترل درد در اوایل شروع آن آسانتر از زمانی است که درد تشدید شده باشد.

کسانی که داروهای ضد درد سرطان مصرف میکنند به ندرت به آنها معتاد میشوند

یکی از نگرانیهای شایع کسانی که داروی ضد درد میگیرند این است که معتاد شوند. این ترس ممکن است مانع از مصرف دارو در بیمار شود، یا باعث شود اعضای خانواده او را تشویق به تعویق مصرف دارو تا حد امکان کنند. بسیاری از جوامع پزشکی تعریف اعتیاد را جستجو و مصرف غیر قابل کنترل دارو میدانند. اگر پزشک برای شما مخدر که قویترین تسکین دهنده درد است تجویز کرده و موقع قطع آن رسیده است، مقدار داروی مصرفی شما را به تدریج کاهش میدهد. بدن شما فرصت دارد تا زمان قطع کامل مصرف دارو با وضع جدید سازگار شود. با پزشک یا پرستار خود درباره نحوه مصرف بیخطر داروهای ضد درد و هر گونه نگرانی درباره امکان اعتیاد به آنها صحبت کنید.

اکثر افراد هنگامی که داروهای ضد درد سرطان را که پزشک تجویز کرده مصرف میکنند کنترل خود را از دست میدهند.

مصرف بسیاری از داروهای ضد درد میتواند باعث خواب آلودگی در شما شود. این احساس معمولاً ظرف چند روز که ناشی از درد بوده جبران کنید. افرادی که داروهای ضد درد مصرف میکنند گاه دچار احساس گیجی میشوند. در صورت بروز چنین حالتی پزشک یا پرستار خود را در جریان بگذارید. معمولاً با تغییر یا نوع دارو میتوان این مشکل را برطرف کرد.

عوارض جانبی داروها را میتوان کنترل کرد یا اغلب از آنها پیشگیری کرد.

برخی از داروها میتوانند باعث یبوست، تهوع و استفراغ، یا خواب آلودگی شوند. پزشک یا پرستارتان میتوانند در کنترل این عوارض جانبی به شما کمک کنند. این مشکلات معمولاً پس از چند روز از مصرف دارو از بین میروند. بسیاری از عوارض جانبی را میتوان با تغییر دارو یا دوز یا زمان مصرف آن کنترل کرد.

بدن شما نسبت به داروهای ضد درد مقاوم نمیشود.

درمان درد را باید زود شروع کرد لازم است که هر داروی مورد نیاز را به موقع مصرف کنید لازم نیست داروهای قوی تری را برای بعد نگه دارید. اگر بدن شما به دارویی که مصرف میکنید عادت کند، ممکن است دارو به خوبی اوائل موثر نباشد. این را مقاومت به دارو میگویند. معمولاً در درمان درد سرطان مشکلی به نام مقاومت دارویی نداریم، زیرا می توان مقدار دارو را تغییر داد یا داروهای دیگر افزود. اگر درد به خوبی درمان نشود ممکن است دچار حالات زیر شوید:

- خستگی
- افسردگی
- عصبانیت
- نگرانی
- احساس تنهایی
- احساس فشار

اگر درد سرطان به خوبی کنترل شود میتوانید:

- از فعال بودن خود لذت ببرید
- بهتر بخوابید
- از خانواده و دوستان خود لذت ببرید
- اشتهایتان را بهبود بخشید
- رابطه جنسی بهتری داشته باشید
- جلوی افسردگی را بگیرید

منبع مورد استفاده: www.hoscrc.org