

ВОЗМОЖНО ЛИ ОБЛЕГЧЕНИЕ БОЛИ БЕЗ ЛЕКАРСТВ?

Без применения лекарств(а) боль не исчезнет, но некоторые дополнительные методы могут помочь снизить тревогу и напряжение, связанные с болью.

- Холодный компресс снимет отек и боль. Положите холодный пакет, завернутый в полотенце, на травмированный участок и держите его на нем в течение 20–30 минут, затем сделайте перерыв и повторите при необходимости.
- Музыка успокаивает и снижает стресс. Возьмите с собой в больницу любимую музыку и наушники.
- Расслабление и отвлечение внимания (например, на кроссворды, игры, визуализацию) помогут вам почувствовать себя лучше.
- Физическая активность и физиотерапия (например, ходьба, глубокое дыхание или легкие упражнения) могут способствовать выздоровлению.

ПРИ ЛЕЧЕНИИ ДЕТЕЙ ВАЖНО ПОМНИТЬ

- Выбор группы лекарственных препаратов, его дозы и способа приема зависит от возраста и веса ребенка.
- Перед тем как обратиться в больницу, объясните ребенку, что его ждет.
- Успокаивающие игры, музыка, мягкая игрушка – все это помогает облегчить боль.
- Перед операцией покажите ребенку видеоролик «Аманде предстоит операция».



После-операционная боль

Эстонское руководство для пациентов



ЧТО ТАКОЕ ОСТРАЯ ПОСЛЕОПЕРАЦИОННАЯ БОЛЬ?

Острая послеоперационная боль – это субъективное, кратковременное и неприятное ощущение, связанное с повреждением тканей во время операции. Каждый человек переживает боль по-разному – это зависит, помимо прочего, от предыдущего опыта, болевого порога, возраста и психологических факторов.

Послеоперационную боль необходимо лечить! Лечение боли помогает быстрее восстановиться и снижает риск осложнений, включая возникновение хронической боли.

КАК ОЦЕНİТЬ СИЛУ БОЛИ?

После операции вас будут регулярно спрашивать об интенсивности боли – как в покое, так и при движении. Боль обычно оценивают по десятибалльной шкале, где 0 – отсутствие боли, а 10 – максимально сильная боль, которую только можно представить.



Чтобы добиться лучших результатов в лечении боли, свяжитесь с вашей лечащей бригадой специалистов даже в том случае, если у вас возникнет легкая боль в любое время (в том числе ночью).

Не оставайтесь с болью наедине, немедленно обратитесь к врачу или к медсестре!

ЛЕЧЕНИЕ БОЛИ В ПОСЛЕОПЕРАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

Для облегчения боли используются различные лекарства и методы. Выбор и продолжительность лечения зависят от:

- проведенной операции
- интенсивности и типа боли
- предыдущего опыта лечения боли
- общего состояния здоровья

Лекарства обычно принимаются через регулярные промежутки времени. Часто для достижения наилучшего результата комбинируют различные препараты и методы.

Основные группы лекарственных препаратов:

- парацетамол
- нестероидные противовоспалительные препараты (например, ibuprofen, диклофенак).
- опиоиды (например, трамадол, кодеин и морфин)
- поддерживающие лекарства (например, габапентин, прегабалин).

Схема приема лекарств (группа препаратов, доза, частота и продолжительность) согласовывается совместно с лечащей бригадой.

Прием лекарств

- Предпочитается прием лекарств через рот, поскольку это удобно и эффективно. Такой прием лекарств подходит, если вы можете есть и пить.
- Если пероральное лечение невозможно, лекарство вводится внутривенно.
- Иногда используется обезболивающая помпа. Если почувствуете боль, вы можете самостоятельно нажать кнопку помпы.

- При сильной боли используется эпидуральный катетер (тонкая пластиковая трубка). Лекарство вводится в область вокруг спинного мозга (т.н. эпидуральное пространство), где проходят нервные корешки, проводящие боль.
- В некоторых случаях лекарства вводятся в прямую кишку в виде суппозиториев или применяются блокады нервных сплетений, когда для уменьшения или устранения боли препарат вводится в область вблизи нервов, временно блокируя их активность.

Возможные побочные эффекты

При приеме **парацетамола** побочные эффекты возникают редко. Наиболее серьезным из них является поражение печени, которое встречается редко и обычно возникает при передозировке препарата. Парацетамол нужно использовать осторожно при печеночной и почечной недостаточности, хроническом недоедании или алкоголизме.

Одним из частых побочных эффектов **нестероидных противовоспалительных препаратов** является раздражение слизистой оболочки желудочно-кишечного тракта. Применение НПВС противопоказано пациентам с язвами желудочно-кишечного тракта и тяжелой печеночной, почечной или сердечной недостаточностью.

Наиболее частыми побочными эффектами **опиоидов** являются тошнота, рвота и запор.

Поддерживающие лекарства в редких случаях могут вызывать замедление дыхания или сильную сонливость.

Побочные эффекты чаще встречаются у:

- пожилых людей
- тех, кто одновременно принимает опиоиды
- людям с синдромом апноэ во сне или с заболеванием почек

Немедленно сообщите врачу или медсестре, если у вас возникнут какие-либо побочные эффекты от лекарства! При значительном усилении боли немедленно обратитесь к своему лечащему врачу. Если вы испытываете сильную боль, обратитесь в отделение неотложной помощи!