American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

Что делать при онкологической боли

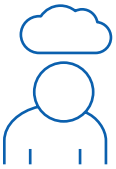
What to Do for Cancer Pain – Russian

Боль — это сигнал, подаваемый организмом, чтобы сообщить о каких-то нарушениях. Только вам известно, когда вы испытываете боль и что вы при этом чувствуете. Если у вас рак, это не обязательно значит, что у вас будет боль. И если вы испытываете боль, она может быть вызвана не только раком. Любую боль можно и нужно лечить. Немедленно сообщите своей команде онкологической помощи о боли; боль легче лечить при первом её появлении.

Когда онкологическая боль находится под контролем, вы чувствуете себя более комфортно и больше занимаетесь привычными делами, больше двигаетесь, лучше спите и проявляете больше интереса к тому, что вам раньше нравилось.

Онкологическую боль может вызывать

- Сам рак
- Операции по поводу рака, средства лечения и диагностические исследования



Боль может затронуть все сферы вашей жизни.

- Вы можете быть не в состоянии делать то, что вам нужно.
- У вас могут возникнуть трудности со сном и приемом пищи.
- Бóльшую часть времени вы можете чувствовать усталость или подавленность.
- Вы можете испытывать раздражение, разочарование, грусть и даже злость.

Некоторые факты о лечении онкологической боли

- Боль при раке , скорее всего, может быть взята под контроль.
- Лучший способ взятия онкологической боли под контроль – предотвращать ее возникновение и не допускать ее усугубления.
- Прием обезболивающих препаратов при раке в соответствии с инструкциями команды онкологической помощи поможет вам справиться с болью.
- Большинство людей не испытывают наркотического опьянения и не теряют контроль над собой, принимая лекарства от онкологической боли в соответствии с полученными инструкциями.

- Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы справиться с побочными эффектами обезболивающих лекарств или даже предотвратить их.
- Есть вещи, которые вы можете делать, чтобы справиться с болью без лекарств.

Болеутоляющие средства

Существует много лекарств, много способов приема лекарств и много безлекарственных средств лечения, способных облегчить боль. Сотрудничайте со своей командой онкологической помощи в поиске средства лечения онкологической боли, которое вам подходит больше всего.

Вот некоторые вопросы, которые вы можете задать своей команде онкологической помощи о болеутоляющих средствах:

- Сколько лекарства мне следует принимать? Как часто я могу его принимать?
- Если оно не помогает, могу ли я принять больше? Если да, то сколько?
- Следует ли мне позвонить вам прежде, чем принимать дополнительную дозу?
- Что делать, если я забуду принять лекарство или приму его слишком поздно?
- Надо ли принимать лекарство во время еды?
- Сколько времени нужно, чтобы лекарство начало действовать?
- Безопасно ли водить машину или эксплуатировать технику после приема болеутоляющего лекарства?
- Какие другие лекарства я могу принимать вместе с болеутоляющим?
- Какие лекарства следует прекратить принимать, пока я принимаю болеутоляющее?
- Какие побочные эффекты могут быть от лекарства, как их предотвратить и что делать, если они у меня возникли?
- Есть ли какие-либо вещи, которые я могу сделать для облегчения боли без помощи лекарств?

Как рассказать о своей боли

Воспользуйтесь шкалой боли, чтобы пояснить, насколько сильна ваша боль.

Шкала уровня боли

Боли нет										Максимально возможная боль
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Полное отсутствие боли		Слабая боль			Умеренная боль			Сильная боль		

Опишите свою боль.

Вот некоторые слова, которые можно использовать:

- Тупая
- Острая
- Ноющая
- Пульсирующая
- Жгучая
- Стреляющая
- Колющая
- Онемение

Расскажите своей команде онкологической помощи:

- Где у вас боль
- Как долго она длится
- Что ее облегчает или усугубляет
- Мешает ли она вам делать то, что вы хотите
- Что вы пробовали делать для облегчения боли и помогло ли это

Поговорите со своей командой онкологической помощи

Поговорите со своей командой онкологической помощи, если боль не отвечает на лечение, если она усиливается или если вы не можете встать с постели более 24–48 часов.

Для получения информации и ответов о раке, посетите веб-сайт Американского онкологического общества по адресу **cancer.org** или позвоните нам по номеру **1-800-227-2345**. Мы к вашим услугам, когда вы в нас нуждаетесь!

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. RUS213310 Rev. 7/24

BBB ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity