



## IL DOLORE

*QUESTA SCHEDA FORNISCE INFORMAZIONI PER CAPIRE COS'È IL DOLORE E COME QUESTO POSSA ESSERE GESTITO CON UNA TERAPIA ADEGUATA.*

### COS'È IL DOLORE.

Il dolore è un messaggio che ci manda il nostro corpo. È un'esperienza conosciuta da tutti perché prima o poi tutti lo provano.

Nessuno conosce le caratteristiche del dolore come la persona che ne soffre. Per questo motivo, quando si prova dolore, è di fondamentale importanza comunicare correttamente le caratteristiche al personale sanitario (medici e infermieri).

### COME RIFERIRE E MISURARE IL DOLORE.

Per il medico è importante capire com'è il dolore e quanto è forte per prescrivere il giusto trattamento. Per descrivere il dolore è necessario spiegare:

- **com'è** il dolore (una fitta, un peso, un bruciore...);
- **dov'è** il dolore (la sede e l'irradiazione, ad esempio dal gluteo verso una delle gambe);
- **quanto è forte** il dolore, immaginando una scala con numeri che vanno da 0 a 10, dove 0 indica l'assenza di dolore e 10 indica il dolore più forte che si possa immaginare;
- **quando è iniziato** il dolore (ore, giorni, settimane...);
- **quanto il dolore limita** la sua vita dentro e fuori casa;
- **cosa migliora o peggiora** il dolore (ad esempio il cibo, il movimento, alcune posizioni, il riposo);
- **se ha assunto farmaci**, anche per brevi periodi, contro il dolore.

### LA TERAPIA DEL DOLORE.

Per diminuire il dolore si utilizzano farmaci, anche potenti come la morfina, somministrati per bocca o tramite cerotti, iniezioni o infiltrazioni a livello di colonna spinale, articolazioni e nervi periferici.

Oltre ai farmaci esistono altri modi di gestire il dolore a seconda della malattia, delle condizioni generali di salute, del tipo e dell'intensità del dolore provato. Il suo medico l'aiuterà a trovare la terapia più efficace per lei.

**Se dopo l'inizio della terapia compaiono nuovi problemi o peggiorano disturbi già presenti o la terapia non è efficace, ne parli subito con il suo medico.**

### RISPOSTE ALLE DOMANDE PIÙ FREQUENTI.

#### Il dolore cambia da persona a persona?

Sì, la stessa causa di dolore può determinare in una persona un dolore lieve e in un'altra un dolore fortissimo. L'intensità del dolore dipende da tanti fattori ed è diversa da persona a persona.

**Posso sopportare per un po' di tempo il dolore e prendere le medicine per il dolore solo quando diventa forte?**

Miglior di no. Il dolore affatica il corpo e la mente ed i farmaci vanno assunti con regolarità. È importante seguire le indicazioni del medico (tempi e dosi).

**Le medicine forti come gli oppioidi (ad esempio la morfina, il cerotto di fentanil, ecc.), possono essere presi per molto tempo?**

Sì, anche per anni; nel tempo può essere necessario aumentare le dosi del farmaco. Questi farmaci non devono essere sospesi bruscamente di propria iniziativa.

**Quando mi prescrivono farmaci forti come la morfina sono arrivato alla fine?**

No, il dolore intenso va curato precocemente con i farmaci più forti come la morfina, che è sbagliato riservare alle fasi avanzate della malattia.

**Dopo un intervento chirurgico si possono prendere medicine per il dolore?**

Sì, il medico le prescriverà le medicine in base al tipo di intervento chirurgico e alle caratteristiche del dolore.

**CHIEDA SEMPRE CHE LE SPIEGHINO QUELLO CHE NON CONOSCE O CHE LA PREOCCUPA. ANNOTI DI SEGUITO, PER NON DIMENTICARLE, LE DOMANDE CHE RITIENE IMPORTANTE FARE:**

---

---

---

---

---

---

---

---

Gennaio 2016

A cura del gruppo referenti aziendali "Handbook il dolore".

Gli autori dichiarano che le informazioni contenute in questa informativa non hanno sponsorizzazioni o conflitti di interesse.  
Le informazioni contenute non sostituiscono il rapporto medico/infermiere e paziente.