

Được trợ giúp khi có Cơn đau do Ung thư

Getting Help for Cancer Pain - Vietnamese

Cơn đau là cái gì đó gây đau đớn. Chỉ có quý vị mới biết khi nào mình có cơn đau và quý vị cảm thấy như thế nào. Hãy báo cho bác sĩ và y tá của quý vị biết về cơn đau ngay lập tức; việc điều trị cơn đau là dễ dàng nhất khi nó mới bắt đầu.

Cơn đau là cách để cơ thể của quý vị báo cho quý vị biết rằng có gì đó không ổn. Nhưng 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.

Cơn đau do ung thư có thể gây ra bởi:

- Bản thân bệnh ung thư
- Việc điều trị ung thư
- Các xét nghiệm được thực hiện

Quý vị cũng có thể có các cơn đau đầu hoặc đau khớp do viêm.

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

Nếu quý vị có cơn đau:

- Quý vị có thể không làm được những việc mình cần làm.
- Quý vị có thể gặp vấn đề trong việc ngủ và ăn uống.
- Quý vị có thể luôn cảm thấy mệt mỏi hay “chán nản”.
- Quý vị có thể cáu kỉnh, thất vọng, buồn chán và thậm chí giận dữ.

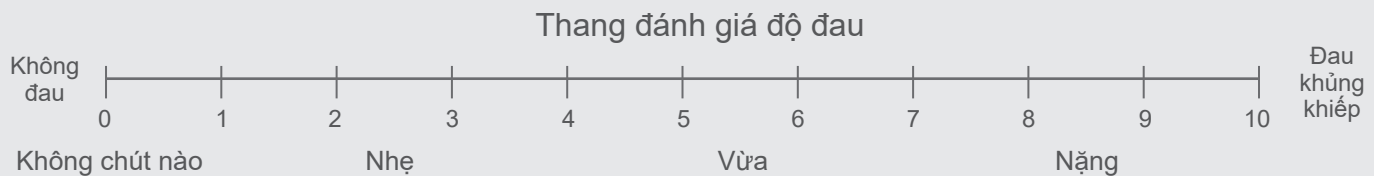
Những người thân có thể không hiểu được quý vị đang cảm thấy như thế nào và quý vị có thể cảm thấy cô đơn với nỗi phiền muộn của mình.

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

- Cơn đau do ung thư hầu như là luôn có thể được kiểm soát.
- Kiểm soát cơn đau là một phần trong việc chăm sóc tốt bệnh ung thư.
- 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.
- Quý vị có quyền yêu cầu thuốc giảm đau.
- Những người mà dùng thuốc giảm đau do ung thư theo đúng cách bác sĩ hay y tá chỉ dẫn thì hiếm khi bị phụ thuộc vào thuốc.
- 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.

Cách để mô tả cơn đau của quý vị

Bước 1: Dùng thang đo độ đau để giải thích xem cơn đau của quý vị ở mức độ nào.



Bước 2: 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 dữ dội
- Đau nhức
- Đau như kim đâm
- Đau nhoi nhói

Bước 3: 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 làm hay không
- Quý vị đã làm gì để bớt đau và việc đó có hiệu quả không

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. 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 hỏi bác sĩ hay y tá 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?
- Tôi có nên gọi cho quý vị trước khi dùng thêm thuốc không?
- Điều gì xảy ra nếu tôi quên dùng thuốc hoặc dùng quá muộn?
- Tôi có nên dùng thuốc cùng với bữa ăn không?
- Phải mất bao lâu để thuốc này bắt đầu phát huy tác dụng?
- Liệu có an toàn không khi uống rượu bia, lái xe hay vận hành máy móc sau khi tôi vừa dùng thuốc giảm đau?

- Tôi có thể dùng thuốc khác nào cùng với thuốc giảm đau này?
- Tôi nên dùng dùng thuốc nào khi tôi 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 tôi có các phản ứng phụ?

Khi cơn đau do ung thư thuyên giảm, quý vị có thể:

- Tận hưởng việc vận động.
- Ngủ tốt hơn.
- Vui vẻ cùng gia đình và bạn bè.
- Ăn uống tốt hơn.
- Tận hưởng đời sống tinh thần.
- Tránh trầm cảm.
- Làm những việc quý vị cần hoặc muốn làm.

Đừng chấp nhận đau đớn như là một phần thông thường của bệnh ung thư. Quý vị có quyền được giúp giảm đau.

