American Cancer Society®
Every cancer. Every life.®

Ano ang Gagawin para sa Pananakit na Dulot ng Cancer

What to Do for Cancer Pain – Tagalog

Ang pananakit ay ang paraan kung saan sinasabi sa iyo ng iyong katawan na may masamang nangyayari. Ikaw lamang ang nakakaalam kung kailan ka may pananakit at kung ano ang pakiramdam na ito. Ang pagkakaroon ng cancer ay hindi laging nangangahulugang ikaw ay makakaranas ng pananakit. At kung ikaw ay nakakaranas ng pananakit, ito ay maaaring dulot ng mga bagay na bukod sa cancer. Ang lahat ng pananakit ay maaari at dapat magamot. Ipaalam agad sa iyong cancer care team ang tungkol sa iyong pananakit; mas madaling gamutin ang pananakit sa simula pa lang nito.

Kapag kontrolado ang pananakit sa cancer, magiging mas kumportable ka at magagawa mo nang higit pa ang iyong mga normal na gawain, tulad ng higit pang pagkilos, mas mabuting pagtulog, at mas interesado sa mga bagay na dati mo nang ikinasisiya.

Ang pananakit sa cancer ay dulot ng

- Cancer mismo
- Operasyon, mga paggamot, at mga test sa cancer

Ang pananakit ay maaaring makaapekto sa lahat ng aspeto ng iyong buhay.

- Maaaring hindi mo magawa ang mga bagay na kailangan mong gawin.
- Maaari kang mahirapang makatulog o makakain.
- Maaari kang madalas na makaramdam ng pagod o "kabigatan."
- Maaari kang mainis, manawa, malungkot, at kahit magalit.

Ilang katotohanan tungkol sa paggamot ng pananakit na dulot ng cancer

- Pinakamalamang na makontrol ang pananakit sa cancer.
- Ang pinakamainam na pagkontrol sa pananakit sa cancer ay ang pigilan itong magsimula at pigilan itong lumala.
- Ang pag-inom ng mga gamot sa pananakit sa cancer gaya ng ibinilin ng iyong cancer care team ay nakakatulong sa pagkontrol ng pananakit.
- Karamihan sa mga tao ay hindi nalululong o nawawalan ng kontrol kapag umiinom sila ng mga gamot sa pananakit na dulot ng cancer sa paraang ibinilin sa kanila.
- May mga bagay kang magagawa upang mapamahalaan o mapigilan ang masasamang epektong dulot ng mga gamot sa pananakit.
- May mga bagay kang magagawa para mapamahalaan ang pananakit nang walang gamot.

Gamot sa pananakit

Mayroong maraming gamot, maraming paraan ng pag-inom ng mga gamot, at maraming paggamot na hindi ginagamitan ng gamot para mapawi ang iyong pananakit. Makipagtulungan sa iyong cancer care team upang malaman ang paggamot ng cancer na pinakamabisa para sa iyo.

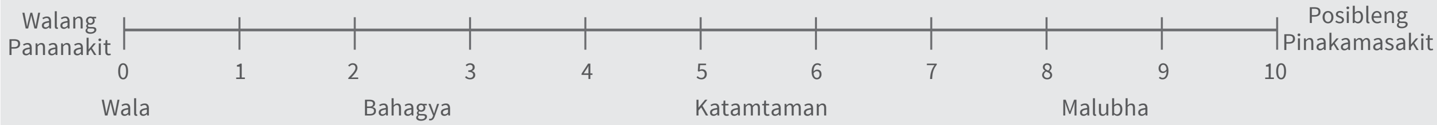
Narito ang mga tanong na maaaring kailanganin mong itanong sa iyong cancer care team tungkol sa gamot sa pananakit:

- Gaano karaming gamot ang dapat kong inumin? Gaano kadalas ko ito maaaring inumin?
- Kung hindi ito gagana, maaari ba akong uminom ng higit pa? Kung gayon, gaano karami?
- Dapat ba akong tumawag sa iyo bago ako uminom ng higit pa?
- Paano kung nakalimutan ko o huli ko na itong ininom?
- Dapat ko bang inumin ang gamot nang may pagkain?
- Gaano katagal ang inaabot para magsimulang gumana ang gamot?
- Ligtas bang magmaneho o magpatakbo ng makina pagkatapos kong uminom ng gamot sa pananakit?
- Anu-anong iba pang mga gamot ang maaari kong inumin kasama ang gamot sa pananakit?
- Anu-anong mga gamot ang dapat kong itigil na inumin habang iniinom ang gamot sa pananakit?
- Anu-anong side effect ang maaari kong maranasan mula sa gamot, paano ko maiiwasan ang mga ito, at ano ang dapat kong gawin kung mararanasan ko ang mga ito?
- May mga bagay ba akong magagawa para matulungang maibsan ang pananakit nang walang gamot?

Paano pag-uusapan ang tungkol sa iyong pananakit

Gamitin ang eskala ng pananakit upang maipaliwanag kung gaano kasakit ang iyong nararamdaman.

Eskala sa Pagsukat ng Pananakit



Ilarawan ang iyong pananakit.

Ang ilang mga salitang maaari mong gamitin ay:

- Pangkaraniwan
- Matalas
- Makirot
- Pumipintig
- Mahapdi
- Biglang umuusbong
- Biglaang matalas
- Namamanhid

Ipaalam sa iyong cancer care team kung:

- Nasaan ang iyong pananakit
- Gaano ito tumatagal
- Ano ang nagpapabuti o nagpapasama rito
- Napapahinto nito ang paggawa ng mga bagay na nais mong gawin
- Ano ang nasubukan mo para maalis ang pananakit at kung ito ay gumana

Makipag-usap sa iyong cancer care team

Makipag-usap sa iyong cancer care team kung ang pananakit ay hindi tumutugon sa paggamot, lumalala, o hindi kamakabangon ng higaan ng mahigit 24-48 na oras.

Para sa impormasyon at mga sagot tungkol sa cancer, bumisita sa website ng American Cancer Society sa **cancer.org** o tumawag sa amin sa **1-800-227-2345**. Narito kami kapag kailangan mo kami.

©2024, American Cancer Society, Inc.
No. TAG213311 Rev. 4/24
BBB. ACCREDITED CHARITY
bbb.org/charity