

Sorular?

Halihazırda ağrı kesici ilaç almam durumunda ne olur?

Ağrı kesici ilaç almanız durumunda bunu doktorunuza söyleyiniz. Bu, doktorunuzun sizin için en iyi tedaviye karar vermesinde yardımcı olacaktır.

Beni hangi sıklıkta kontrol edeceksiniz?

Durumunuza bağlı olarak birkaç dakika ile birkaç saat arasında kontrol edileceksiniz. Ayrıca, yardıma ihtiyacınız olduğunda ya da bir kimseyi görmek istediğinizde hemşire çağırma ziline de basabilirsiniz.

Beni kim kontrol edecek?

Hemşireler sizi daha sık kontrol edecekler; tedavinizi yürüten doktor ise sizi genellikle her gün görecekler. Uygulanan ağrı kesicinin yetersiz olması durumunda hemşire doktorunuza arayabilir.

Bu tüm ağrımın geçeceği anlamına mı gelmektedir?

Tüm ağrıyı dindirmek istememize karşın, gerçekte ağrı çoğunlukla tamamen dindirilemez.

Sizin, özellikle hareket ederken ve iyileşmek için yapmanız gereken hareketleri yaparken olabildiğince rahatlamanızı sağlamayı amaçlamaktayız.

Ağrı kesici ilaçlar sizin için kötü mü ya da bağımlılık yaratır mı?

Hayır. Kısa dönemli ağrıyı dindirmek için ağrı kesici ilaç kullanmak bağımlılık yaratmaz. Bununla beraber, tüm ilaçların yan etkileri olabilir. Bu nedenle, midenizin bulanması, aşırı uyukulu olmanız ya da ağrı kesicilerin neden olabileceğini düşündüğünüz herhangi bir başka yan etkinin olması durumunda sağlık personeline haber vermelisiniz.

Daha fazla sorunuz var mı?

Doktorunuza ya da hemşireye soracağınız soruları hatırlamak için buraya yazınız.

Ağrı Yönetimi

Ağrınızı azaltmada
bize nasıl yardımcı
olabilirsiniz

Yasal Uyarı: Bu sağlık bilgileri yalnızca genel eğitim amaçlıdır. Bu bilgilerin sizin için geçerli olduğundan emin olmak için lütfen size bakan sağlık profesyoneline danışınız.

© Yayın Hakkı: State of Victoria. Department of Human Services 2008

Bu bilgi notunun, kar amaçlı değil, ancak eğitim amaçlı olarak çoğaltılması serbesttir.

On toplum dilinde mevcut olan bu belgeye ayrıca, www.health.vic.gov.au/qualitycouncil/activities/acute/ web sitesinden de erişilebilir.

Biz ağrınızı önemsiyoruz – siz de yardımcı olabilirsiniz...

Ağrınızı anlama

Ağrınızı denetleyerek daha çabuk iyileşmenizde yardımcı olabiliriz.

Bunu yapmak için, ağrınızın özelliklerini anlamamız gerekir. Sizden ağrınızı sık sık değerlendirmenizi isteyeceğiz. Bu, ağrıyı nasıl hissettiğiniz ve ağrınızın ne kadar şiddetli olduğunu bize söylemeniz anlamına gelmektedir. Bu bilgiler, nasıl hissettiğinizi ve sizin için en uygun olan tedavi yöntemini anlamamızda bize yardımcı olmaktadır.

Ağrınızı değerlendirme

Hastanede kaldığınız süre içinde sizden ağrınızı değerlendirmeniz istenecektir. Ağrınızı değerlendirmenin en yaygın yöntemleri 'ağrı cetveli' kullanmak ya da ağrıya bir numara vermektir. Ağrı cetveli, üzerinde, hissettiğiniz ağrı şiddetini göstermek için kullanacağınız kayan bir göstergesi olan bir cetveldir.

Göstergelyi cetvelin en sol ucuna yerleştirmeyeyle 'Ağrı Yok'; en sağ ucuna yerleştirmeyeyle ise 'Olabilecek En Şiddetli Ağrı' tanımlanmaktadır. Sizden, göstergelyi, cetvel üzerinde, hissettiğiniz ağrının şiddetini en iyi gösteren pozisyona koymanızı isteyeceğiz. Sizden ayrıca, herhangi bir fark olup olmadığını anlamak için, hareket ettikten ya da öksürdükten sonra ağrınızı değerlendirmenizi de talep edeceğiz.

Ağrı cetveli



Ağrı fazla şiddetli değil

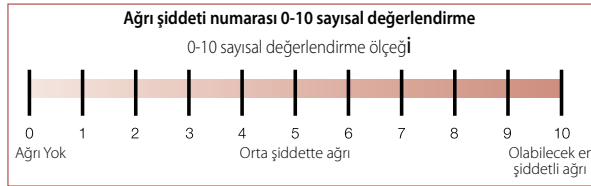


Ağrı oldukça şiddetli

Ağrı cetveli herkes için uygun değildir. Bunun yerine sizden, ağrınızı, ağrının şiddetine 0 ile 10 arasında bir numara vererek değerlendirmeniz istenebilir.

Ağrı şiddetini 0'dan 10'a kadar numara vererek değerlendirme

Ağrı, 0 'Ağrı Yok' ve 10 'Olabilecek En Şiddetli Ağrı' olmak üzere bir ölçek üzerinde 0'dan 10'a kadar numaralanır.



Ağrının şiddetini değerlendirmenin yanı sıra, ayrıca ağrınızın nereden geldiğini ve ağrıyı nasıl hissettiğinizi (örneğin, sızı, yanma ve bıçak saplanması şeklinde) bize söylemeniz, ağrının nedenini ve en iyi tedavi yöntemini bulmamızda bize yardımcı olabilir.

Ağrı kesici isteyiniz

Kendinizi çok fazla rahatsız hissetmeden önce ağrı kesici isteyiniz. Ağrı başladıktan sonra durdurmak daha zordur. Azalmayan her türlü ağrıyı, ağrı kesici ilaç almış olsanız bile hemşire ve doktorunuza bildirin.

Ağrı tedavisi

Ağrınız birçok şekilde tedavi edilebilir. Tedavi, ağrının türü, yeri ve sizin için en uygun olan tedavi yöntemine bağlıdır. En uygun ağrı tedavisine karar vermek için doktorunuzla ya da hemşirelerle görüşünüz.

Bazı seçenekler aşağıda belirtilmektedir:

- **Tabletler**
- **Arada sırada yapılan iğneler**
- **Serum içine** konulan ağrı kesici
- **Hasta Denetimli Ağrı Kesici (PCA)** – sizin kontrol ettiğiniz küçük doz ağrı kesici ilaç
- **Yerel anestezi** - ağrıyı bloke etmek için yaranın yakınına uygulanan anestezi
- **Epidural/Spinal anestezi** – ağrıyı bloke etmek için omuriliğe uygulanan anestezi
- **Özel teknikler** – ağrıyı en aza indirmek için uygulanan teknikler