

EL DOLOR

No todos los pacientes con cáncer experimentan dolor. No obstante, si usted se encuentra entre el tercio que sí lo experimenta, debe saber que su dolor es tratable. El dolor puede ser causado por un tumor que aprieta nervios, huesos o órganos. También puede originarse por una lesión en el tejido nervioso a causa de una cirugía, de la radiación o la quimioterapia. Con las opciones de tratamiento disponibles hoy, los pacientes que reciben quimioterapia pueden tratar el dolor ayudados por sus profesionales de atención médica.

EFFECTOS DEL DOLOR CRÓNICO

Los efectos del dolor crónico van más allá del sufrimiento físico en sí. Los pacientes con cáncer que experimentan dolor crónico también pueden sentir debilidad, cansancio, pérdida del apetito, depresión y angustia. El dolor crónico puede afectar la capacidad de un paciente de trabajar, de disfrutar de actividades normales y de relacionarse con sus familiares y amigos. Es una afección crónica que requiere verdadera atención y el primer paso para conseguir alivio es hablar sobre ella.

HABLE SOBRE SU DOLOR

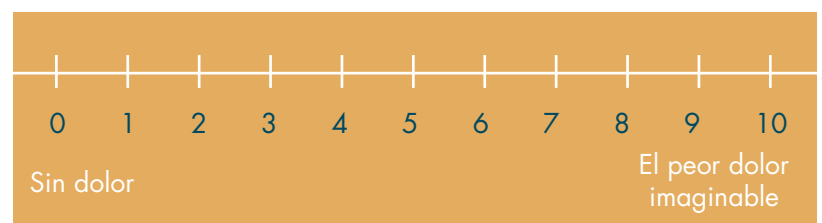
Es importante que sea específico al describirle el dolor a su médico, personal de enfermería, farmacéutico, familiar o amigos. Dígalos:

- Dónde siente el dolor.
- Qué tipo de dolor es: dolor agudo, dolor sordo, dolor punzante, dolor constante.
- Cuándo se presenta el dolor: en un momento en particular del día o al realizar determinada actividad.
- Qué tan fuerte es el dolor.
- Cuánto dura.
- Qué alivia el dolor, que lo empeora.
- Qué medicinas toma para el dolor y cuánto alivio le proporcionan.



ESCALA DE DOLOR

Usar una escala de dolor, como la que se presenta a continuación, es útil para describir cuánto dolor siente. Trate de asignar un número del **0** al **10** a su nivel de dolor. Si no tiene dolor, indique **0**. Los números más altos indican dolor que empeora. Un **10** significa que se trata del peor dolor que se puede sentir.



Fuente: National Comprehensive Cancer Network, Agosto de 2005.

TIPOS DE DOLOR

Dolor agudo = repentino o fuerte

Dolor crónico = constante y persistente con respecto al tiempo

Visite www.cancer.com/info y reciba valiosa información durante el transcurso de sus tratamientos para el cáncer.

SU MÉDICO PUEDE AYUDARLE A ALIVIAR EL DOLOR

Cada paciente siente el dolor de distinta manera. Hoy, los médicos tienen acceso a una variedad de medicamentos que pueden ayudar a tratar el dolor, desde analgésicos de venta libre hasta medicamentos recetados para el dolor. El medicamento para el dolor crónico puede tomarse por vía oral o administrarse mediante una inyección. Puede administrarse a lo largo de varios días mediante un parche que se aplica sobre la piel. Incluso puede ser administrado por el propio paciente mediante una bomba que se mantiene junto a la cama. Además, hay terapias que pueden reducir la ansiedad (como el masaje y la meditación) y pueden ayudar a algunos pacientes a sobrellevar el dolor crónico. El médico puede adaptar la opción de tratamiento a la naturaleza de su dolor y a sus necesidades. Hable con él para decidir cuál es la mejor opción para usted.

¿Y si me sigue doliendo?

A veces el paciente sigue sintiendo dolor incluso después de tomar el medicamento. Ese tipo de dolor también puede ser tratado. El médico determinará si puede aumentar la dosis de su medicamento actual o complementarla con otro analgésico. Como siempre, la clave para el alivio es hablar con su médico personal de enfermería sobre el dolor.

QUÉ PUEDE HACER USTED RESPECTO AL DOLOR

Los pacientes y las personas que los cuidan pueden tener un papel activo en el control del dolor crónico. Estos son algunos ejemplos de lo que usted puede hacer:

- Dígale a su médico si el dolor no desaparece. Es mucho más fácil tratar el dolor cuando se hace temprano.
- Tome el medicamento para el dolor según le indicaron. No espere hasta que el dolor sea insoportable, porque será más difícil de aliviar.
- Sea honesto con usted mismo acerca de cuánto dolor siente. Las descripciones comunes de dolor son: dolor sordo, dolor agudo cortante, dolor punzante o ardor.
- Los métodos alternativos, como escuchar cintas de relajación o recurrir a técnicas de visualización o usar compresas calientes o frías, pueden ser de ayuda.
- Lleve un registro de su dolor y dígale a su médico o personal de enfermería si el dolor empeora.

TIPO DE DOLOR	TIPO DE MEDICINA QUE EL MÉDICO PUEDE RECETARLE
Leve a moderado	Analgésicos de venta libre y medicamentos antiinflamatorios no esteroideos de venta con receta
Moderado a intenso	Opioides, también conocidos como narcóticos, pueden usarse junto con no opioides
Dolor episódico (intercurrente)	Opioides de acción rápida o opioides de acción breve
Hormigueo o ardor	<ul style="list-style-type: none">• Algunos anticonvulsivos se usan no solo para las convulsiones, sino también para tratar este tipo de dolor• Algunos antidepresivos se recetan también para aliviar ciertos tipos de dolor; eso no significa que usted esté deprimido
Dolor causado por inflamación	Se usan esteroides para reducir la inflamación, que a menudo causa dolor

***Algunos medicamentos pueden tener efectos secundarios graves así que hable con su médico.**

1180 N. Indian Canyon Drive, Suite E218
Palm Springs, CA 92262
P: (760) 416-4802 F: (760) 416-4815

Esta guía no reemplaza el consejo de su médico. Hable con su médico acerca de sus síntomas y cualquier pregunta que tenga con respecto a su salud o su tratamiento.



**COMPREHENSIVE
CANCER CENTER**
DESERT REGIONAL MEDICAL CENTER