

מרכז רפואי מעניי הישועה

מיסודו של ד"ר משה חנטשילד ז"ל

מסונף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

מקצוענים עם נשמה



מניעה וטיפול בכאב



מניעה וטיפול בכאב

מטופל/ת יקר/ה,

הכאב הוא אחד הגורמים המרכזיים לחשש מפני טיפולים שונים. מטרת חוברת זו היא לספק הסבר על דרכי המניעה והטיפול בכאב, אשר יתכן ותחושי/ בעקבות אשפוזך בבית חולים מכל סיבה שהיא.

למה חשוב לטפל בכאב?

בעבר חשבו שטיפולים וניתוחים חייבים להיות מלווים בכאב והמטופלים צריכים להפגין כוח סבל ולהתגבר על הכאב. המטופלים הוזדרכו להתלונן על כאב רק כאשר הכאב היה בלתי נסבל.

כיום הגישה היא שניתן וצריך לטפל בכאב!

מחקרים רבים מוכיחים שלכאב ממושך עלולות להיות השלכות שליליות על הגוף והנפש. כאב לא מטופל יכול להגביר את הסיכון לסיבוכים ולעכב החלמה.

טיפול טוב בכאב:

- « מגביר תחושת נוחות
- « מפחית תחושות חשש וחרדה.
- « מאפשר ירידה מוקדמת מהמיטה
- « משפר את איכות השינה
- « מאפשר שיעול וביצוע תרגילי נשימה ללא חשש.
- « משפר את שיתוף הפעולה עם הצוות המטפל.

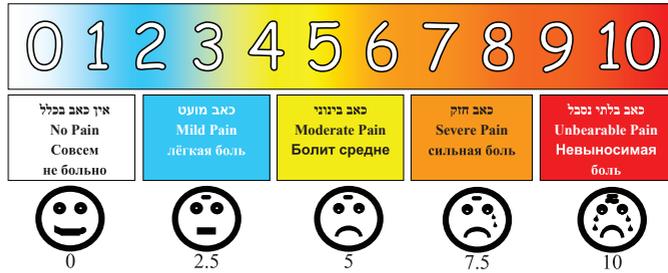
כיצד נדע כמה כואב לך?

צוות המחלקה יעקוב אחר רמת הכאב באמצעות סרגל כאב. זהו סולם מ-0 עד 10 המסמל את עוצמת הכאב על פי הערכה אישית של החולה. במידה והחולה צעיר מדי או שאינו יכול לשתף פעולה – יש אפשרות לצוות להעריך את רמת הכאב על פי מדדים שונים (ואינה מפורטת כאן).

רמות הכאב הן:

0 = ללא כאב 1-3 = כאב קל 4-6 = כאב בינוני 7-9 = כאב חזק 10 = כאב בלתי נסבל.

סרגל הכאב בו אנו משתמשים:



כאב הוא חוויה אישית. רק מי שחש כאב יכול לתאר עד כמה כואב לו.

דיווח ומעקב אחר כאב חשוב כדי שנוכל:

- « להתאים את התרופה המתאימה לעוצמת הכאב שלך (סוג התרופה ומינונה).
- « להעריך באיזו מידה הטיפול עזר לך.
- « במידה ודווחת על תופעות לוואי – נוכל לטפל בהן.

חשוב לדעת:

- « תחושת הכאב היא אישית ומשתנה מאדם לאדם.
- « כל אדם מגיב שונה לכאב וזקוק לכמויות שונות של משככי כאבים.
- « חשוב לדווח על כאב כאשר הוא מתחיל (דרגה 1-2) ולא להמתין עד שיהיה חזק.
- « המטרה שלנו כמטפלים היא שמרבית הזמן רמת הכאב תהיה פחות מ 4 – (בסולם של 0-10)

שיטות הטיפול בכאב:

במרכז הרפואי מעיני הישועה, יש הנחיות כתובות לשיכוך כאב שנבנו ע"י הצוות הרפואי המומחה בטיפול בכאב בשיתוף עם רופאים ואחיות מכל המחלקות, ההנחיות מותאמות למצב המטופלים:

מטופל שלא בצום:

ניתן משככי כאבים באמצעות כדורים, טיפות או סירופ, זריקה (לוריד או לשריר) או הזלפת תרופה לקטטר אפידורלי.

מטופל בצום:

ניתן משככי כאבים באמצעות זריקה (לוריד או לשריר), נרות או הזלפת תרופה ליד עצבים (למשל דרך קטטר אפידורלי).

לכל תרופה יתכנו תופעות לוואי ולרוב ניתן לטפל בהן במהירות וביעילות.

חשוב לדווח לצוות המטפל על כל תחושה חריגה ועל כל רגישות ידועה לתרופות.

האם יש התמכרות לטיפול בכאב:

בחולים שטופלו בתרופות לצורך שיכוך כאב במהלך אשפוזם בבית חולים הסיכון להתמכרות לתרופות נמוך מאד (פחות מ 5.0.0 אחוזים). שכיחות ההתמכרות בחולי סרטן ובחולים במחלה חריפה שואפת לאפס. תופעת ההתמכרות לסמים מופיעה בשימוש למטרות שאינן שיכוך כאב ומקור הסמים אינו במרשמים רפואיים. (מתוך דו"ח של האגודה הישראלית לכאב).

כואב לך?

עשרה כללים בנושא כאב:

1. חשוב ואפשר לטפל בכאב, אין צורך לסבול.
2. בקש לעשות היכרות עם סרגל הכאב.
3. דווח על כאב לצוות המטפל.
4. זכור את המטרה: כאב פחות מ 4- במנוחה ותנועה.
5. קל יותר למנוע כאב מלטפל בו כשהוא חזק, שוחח עם הצוות על הכאב הצפוי וכיצד יטופל.
6. מומלץ ליטול את התרופות באופן סדיר, כך ניתן להשיג שליטה טובה בכאב.
7. אם אתה פוחד לזוז, לנשום עמוק או לרדת מהמיטה בגלל כאב, סימן שכאבך לא מאוזן פנה לצוות המטפל לקבלת עזרה.
8. לחלק ממשככי הכאבים יש תופעות לוואי כגון: עצירות, ישנוניות, בחילה. חשוב לדווח עליהן לצוות המטפל מאחר וניתן ורצוי לטפל בתופעות אלה.
9. לאחר קבלת הטיפול - דווח לצוות המטפל האם הטיפול עזר.
10. אם כואב לך גם לאחר קבלת הטיפול דווח על כך - ותינתן תרופה נוספת לאיזון הכאב.

אנו מאחלים לך רפואה שלימה במינימום כאבים!

מרכז רפואי
מעניי הישועה

מיסוד של ד"ר משה חטשילד ד"ר
מסוף לפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב
מקצוענים עם נשמה

