

ابر حامی

آگاهی، بهبودی، رشد؛
برای همزیستان سرطان



آموزش‌های عمومی سامانه ابر حامی

www.abrhami.ir

درمان درد با دارو



درمان درد با دارو

بسیاری از افراد مبتلا به سرطان در حین یا پس از درمان، درد دارند. با این حال، تیم مراقبت‌های سلامتی، می‌تواند به شما در مدیریت دردهای مرتبط با سرطان کمک کند.

یکی از بخش‌های مهم مراقبت و درمان سرطان، تسکین عوارض جانبی از جمله درد است. با تیم مراقبت‌های سلامتی خود در مورد هر نوع درد صحبت کنید. این شرایط، شامل هرگونه علائم درد جدید یا تغییر در علائم است. تیم مراقبت‌های سلامتی شما برنامه‌ای برای تسکین درد ایجاد خواهد کرد. این رویکرد **مراقبت تسکینی** یا مراقبت حمایتی نامیده می‌شود. گاهی اوقات، تیم مراقبت‌های سلامتی شما با پزشکان متخصص در مراقبت‌های تسکینی و مدیریت درد مشورت می‌کند.

اهمیت تسکین درد

انواع مختلفی از درد سرطان وجود دارد. درد ممکن است فقط مدت کوتاهی طول بکشد و در اثر یک فعالیت خاص یا حرکت بدن ایجاد شود. ممکن است فقط گهگاه رخ دهد. یا ممکن است دردی مداوم باشد و برای مدت طولانی ادامه داشته باشد. حتی در حین دریافت درمان، درد ممکن است به‌طور ناگهانی افزایش یابد. درد ناگهانی بیشتر بین دریافت دوزهای برنامه‌ریزی شده داروی ضددرد ایجاد می‌شود. لزوماً به حرکت یا زمان خاصی از روز مرتبط نیست. اما ممکن است متوجه موارد خاصی شوید که باعث درد می‌شود.

مهم نیست چه نوع دردی دارید، بسیار مهم است که به تیم مراقبت‌های سلامتی خود اطلاع دهید. برخی از بیماران نمی‌خواهند به پزشک خود بگویند که درد دارند. آنها ممکن است فکر کنند که درد به این معنی است که سرطان بدتر شده یا گسترش یافته است. دیگران احساس می‌کنند که درد به‌سادگی بخشی از زندگی با سرطان است. اما هر بیمار حق دارد با کمترین درد ممکن زندگی کند.

اگر به دردهای مرتبط با سرطان توجه نکنید، می‌تواند سایر علائم یا عوارض جانبی سرطان را بدتر کند. به‌عنوان مثال، درد ممکن است به **خستگی**، **افسردگی**، **عصبانیت**، **نگرانی** و **استرس** منجر شود یا آن شرایط را وخیم‌تر کند. یافتن راهی برای تسکین درد برای فعال ماندن، خواب بهتر و بهبود اشتها بسیار مهم است. همچنین به شما کمک می‌کند از فعالیت‌ها و زمانی که با خانواده و دوستان خود می‌گذرانید، لذت ببرید.

نگرانی‌های رایج مدیریت درد

برخی از بیماران نگران وابستگی (اعتیاد) به داروهای مسکن هستند. این یک نگرانی غیرمعمول نیست، اما زمانی که دارو به‌درستی استفاده می‌شود، نیازی به نگرانی وجود ندارد. تیم مراقبت‌های سلامتی شما برای نظارت دقیق بر افرادی که از داروهای ضددرد استفاده می‌کنند، آموزش دیده‌اند و زمانی که دیگر نیازی به درمان ندارید، می‌توانند در کاهش دوز داروی مصرفی، به شما کمک کنند. اگر شما یا اعضای خانواده‌تان سابقه مصرف الکل یا مواد مخدر دارید، به پزشک خود اطلاع دهید. با این اطلاعات، پزشک می‌تواند به جلوگیری از ایجاد مشکل کمک کند.

همچنین نگرانی در مورد عوارض جانبی داروها برای بیماران مبتلا به سرطان طبیعی است. برخی از داروها عوارض جانبی مانند **یبوست**، **حالت تهوع**، **خواب‌آلودگی** یا **گیجی یا توهم ایجاد می‌کنند** این عوارض، بیشتر در مورد داروهایی که برای دردهای متوسط یا شدید استفاده می‌شوند، رخ می‌دهند. اما همه کسانی که از داروهای ضددرد استفاده می‌کنند عوارض جانبی را تجربه نمی‌کنند. اگر در مورد یک عارضه جانبی خاص نگران هستید، با تیم مراقبت‌های سلامتی خود صحبت کنید. سؤال کنید که آیا این عارضه قابل کنترل است یا گزینه‌های دیگری برای مدیریت درد وجود دارد که این عارضه جانبی را ایجاد نمی‌کند. همچنین، اگر عارضه‌ای درمان نشد، به تیم مراقبت‌های سلامتی خود اطلاع دهید. آنها ممکن است با تغییر زمان، دوز یا نوع دارو به کاهش عوارض جانبی کمک کنند.

انواع راهبردهای تسکین درد

پس از **ارزیابی کامل درد** تیم مراقبت‌های سلامتی به شما کمک می‌کند تا یک برنامه تسکین درد ایجاد کنید. برخی از بیمارستان‌ها دارای متخصص درد و متخصص مراقبت‌های تسکینی هستند. این متخصصان بر روی عوارض جسمی و عاطفی سرطان تمرکز می‌کنند. آنها به بیمارانی با دردهای شدید کمک می‌کنند.

پزشکان می‌توانند دردهای مرتبط با سرطان را به روش‌های مختلفی درمان یا مدیریت کنند:

- درمان منبع درد، به‌عنوان مثال، فشار آوردن تومور به اعصاب، می‌تواند باعث درد شود. برداشتن تومور با جراحی یا کوچک کردن آن با پرتودرمانی، شیمی‌درمانی یا سایر داروها می‌تواند باعث کاهش یا توقف درد شود.
- تغییر درک درد. برخی از داروها احساس درد را در بدن تغییر می‌دهند و آن را قابل تحمل‌تر می‌کنند.
- تداخل با سیگنال‌های درد ارسال شده به مغز. اگر دارو مؤثر نباشد، پزشک ممکن است شما را برای انجام اقدامات پزشکی تخصصی به متخصص درد ارجاع دهد. اینها شامل درمان‌های ستون فقرات یا داروهای ضددرد است که به داخل یا اطراف عصب تزریق می‌شود تا با سیگنال درد تداخل ایجاد کند.

داروهای ضددرد

یکی از بهترین راه‌ها برای درمان دردهای مرتبط با سرطان، جلوگیری از ایجاد یا بدتر شدن درد است. هنگام استفاده از دارو برای درمان درد، معمولاً به افراد تجویز می‌شود که آن را در صورت نیاز برای درد در زمان‌های منظم و برنامه‌ریزی شده مصرف کنند. مصرف داروها قبل از شدید شدن درد بسیار مهم است، مصرف در زمان نامناسب ممکن است برای درمان درد تأیر کمتری داشته باشد. پزشکان همچنین ممکن است از داروی ضددرد طولانی اثر برای کنترل درد مداوم استفاده کنند، زیرا سطح ثابت‌تری از دارو در بدن کمک می‌کند تا درد کنترل شود. این داروها همراه با داروهای موردنیاز شما برای دردهای ناگهانی، استفاده می‌شود. پزشک شما در هر ویزیت مقدار داروی مورد استفاده برای درد ناگهانی را بررسی کرده و در صورت نیاز دوز موردنیاز شما را تنظیم می‌کند.

بسیاری از داروهای مسکن مختلف برای درد در دسترس هستند. بسته به دارو و شرایط فرد، پزشکان آنها را به روش‌های مختلفی تجویز می‌کنند. برخی از داروها به طور خوراکی مصرف می‌شوند، درحالی‌که برخی دیگر به داخل ورید تزریق می‌شوند یا به‌عنوان چسب پوستی استفاده می‌شوند.

- مسکن‌های غیر مخدر. این داروها ممکن است گزینه‌های مناسبی برای دردهای خفیف یا متوسط باشند. پزشکان، همچنین، گاهی اوقات آنها را همراه با سایر داروهای مسکن برای دردهای شدید تجویز می‌کنند. این داروها شامل:

○ ضد التهاب‌های غیراستروئیدی (NSAIDs) که شامل ایبوپروفن (مانند ادویل و موتین) می‌شود.

○ استامینوفن (مانند تیلنول)

- داروهایی که معمولاً برای شرایط دیگر استفاده می‌شوند. برخی از داروهای مورد استفاده برای سایر شرایط سلامتی ممکن است به تسکین درد، به‌ویژه درد عصبی کمک کنند. این شامل:

○ برخی از داروهای ضدافسردگی مانند دولوکستین (Cymbalta)

○ داروهایی برای جلوگیری از تشنج، مانند گاباپنتین (Neurontin ، Gralise) و پره گابالین (Lyrica)

- مواد افیونی که مواد مخدر نیز نامیده می‌شوند. آنها اغلب همراه با داروهای غیرافیونی مصرف می‌شوند. اگر از مواد افیونی استفاده می‌کنید، در صورت مفیدبودن، می‌توانید به مصرف سایر داروهای ضددرد غیرافیونی مانند NSAID ها ادامه دهید. باین حال، همیشه

قبل از شروع هر داروی جدیدی با پزشک خود در مورد تداخلات دارویی یا موارد منع مصرف احتمالی صحبت کنید. مواد افیونی شامل موارد زیر است که هر کدام دارای چندین نام تجاری هستند:

- هیدروکدون
- فنتانیل
- هیدرومورفون
- متادون
- مورفین
- اکسی کدون
- اکسی مورفون

در سال‌های اخیر، همه‌گیری افرادی که در اثر اعتیاد به مواد افیونی و مصرف بیش از حد آن می‌میرند، به یک نگرانی بزرگ تبدیل شده است. در صورتی که گزینه‌های دیگر جواب نداده باشند، پزشکان، ممکن است تجویز مواد افیونی را برای برخی از افراد مبتلا به سرطان در نظر بگیرند. انجمن بالینی سرطان آمریکا توصیه می‌کند که مواد افیونی به افرادی با درد متوسط تا شدید مرتبط با سرطان ارائه شود، مگر اینکه دلیل شخصی یا پزشکی وجود داشته باشد که آنها نباید داروهای مخدر را دریافت کنند.

قبل از شروع یک داروی مخدر، پزشک ابتدا با شما صحبت می‌کند تا مشخص کند که آیا این درمان برای شما مناسب است یا خیر. آنها همچنین با شما و مراقب شما در مورد اهداف و انتظارات دارو صحبت خواهند کرد، و همچنین به هرگونه نگرانی که ممکن است در مورد داروی تجویز شده داشته باشید، رسیدگی خواهند کرد. پزشک شما ممکن است با مراقبت‌های تسکینی یا متخصصان درد همکاری کند تا به ایجاد یک برنامه درمانی شخصی درد کمک کند. پزشک، همچنین، قبل از شروع دارو در مورد عوارض جانبی احتمالی دارو و راه‌های جلوگیری از این عوارض جانبی با شما صحبت خواهد کرد.

اگر داروی مخدر مصرف می‌کنید، پزشک شما را ارزیابی می‌کند تا مشخص شود آیا این دارو به مدیریت درد شما کمک می‌کند یا خیر. همچنین عوارض جانبی را کنترل و برطرف می‌کند و دوز مصرفی را در صورت نیاز تنظیم می‌کند. اگر داروهای تجویز شده برای شما درد را تسکین نمی‌دهد یا عوارض جانبی غیرقابل‌کنترلی ایجاد می‌کند، یا نگرانی‌های دیگری در مورد دارو دارید، پزشک ممکن است داروی مخدر دیگری را توصیه کند.

خطر سوءمصرف مواد افیونی توسط بیمار یا افراد نزدیک به بیمار وجود دارد. به همین دلیل، پزشکان احتمالاً در مورد خطرات احتمالی در موقعیت شما سؤال خواهند کرد. اگر اختلال مصرف مواد دارید یا سابقه آن را دارید، پزشک شما با متخصصان مراقبت‌های تسکینی، درد و/یا اختلال مصرف مواد همکاری می‌کند تا بهترین رویکرد را برای مدیریت درد شما تعیین کند.

بسیار مهم است که بیماران و مراقبین، داروهای مخدر را در جعبه یا کابینت قفل شده نگهداری کنند تا افراد دیگر نتوانند به آنها دسترسی داشته باشند. اگر شخصی بدون علت پزشکی از آنها استفاده کند، عوارض جانبی جدی ممکن است رخ دهد. اگر به هر دلیلی از همه داروها استفاده نمی‌کنید، آن را به روشی ایمن دور بریزید. **درباره نگهداری ایمن داروها بیشتر بدانید**

دارو تنها گزینه برای کنترل درد نیست. روش‌های مداخله‌ای، مانند بلوک‌های عصبی، می‌توانند تسکین بیشتری را در موقعیت‌های انتخابی ایجاد کنند. برخی از بیماران همچنین فیزیوتراپی یا صحبت با **مشاور** را برای کاهش درد مفید می‌دانند. روش‌های دیگری نیز در دسترس هستند، از

جمله. [درمان‌های یکپارچه و مکمل](#) اینها شامل تکنیک‌ها و روش‌های مختلف برای کمک به کاهش ناراحتی بسیاری از علائم فیزیکی و احساسی است. این روش‌ها شامل مدیتیشن، طب سوزنی و یوگا است. کامل‌ترین و بالقوه موفق‌ترین رویکرد برای کنترل درد اغلب چندین روش را ترکیب می‌کند.

منابع مرتبط

[وقتی درد در طول یا بعد از سرطان ادامه دارد](#)

[راه‌های اضافی برای مدیریت درد](#)

[پادکست: درد و مواد افیونی در مراقبت از سرطان](#)

[\(PDF\) مدیریت درد: ASCO پاسخ‌های](#)