

El dolor relacionado con el cáncer



INSTITUTOS NACIONALES DE LA SALUD
Instituto Nacional del Cáncer

Información adicional —

Para mayor información acerca del alivio para el dolor relacionado con el cáncer u otra información relacionada con el cáncer, llame al Servicio de Información sobre el Cáncer del Instituto Nacional del Cáncer al

1-800-422-6237
(1-800-4-CANCER).

Agradecimientos

El Centro Oncológico de Johns Hopkins y el Instituto Nacional del Cáncer han desarrollado el folleto El dolor relacionado con el cáncer para los pacientes de cáncer, sus familiares y amigos. Esperamos que este folleto le ayude a entender mejor el dolor relacionado con el cáncer y cómo es tratado.

Queremos agradecer a las siguientes personas del Centro Oncológico de Johns Hopkins donde se desarrolló este material con una beca (5 R25 CA57880-03) del Instituto Nacional del Cáncer. Las experiencias de Vivian R. Sheidler, M.S., R.N., R. Elizabeth Gregory, Pharm.D. y Stuart A. Grossman, M.D., guiaron el desarrollo de este material. Además agradecemos a David A. Rini, M.F.A., Nancy L. Held, Juan A. Garcia, M.S. y George T. Allen del programa de Johns Hopkins “Art as Applied to Medicine” y a Elizabeth S. Grossman. Sus habilidades y talentos proporcionaron el modelo para los diseños y las ilustraciones. El diseño final y las ilustraciones que se tomaron del modelo de Johns Hopkins fueron el resultado del talento de Susan Spangler.

El dolor relacionado con el cáncer



Contenido

Introducción	1
Comunicación	2
Reunión de la información	4
Medicinas	12
Cosas para recordar	19
Otros métodos para controlar el dolor	22
Repaso	25
Escala para medir la intensidad del dolor para fotocopiar	28
Diario para el control del dolor para fotocopiar ..	28-29
Anotaciones del paciente	30
Información adicional	al reverso de la portada

Introducción

Este folleto ha sido diseñado para ofrecerle información importante acerca del dolor relacionado con el cáncer. Le ayudará a comprender por qué los pacientes sienten dolor, los diferentes métodos para tratarlo, y las cosas que usted puede hacer cuando sienta dolor.

Su médico, enfermera, asistente social, o farmacéutico también están disponibles para contestar las preguntas que tenga sobre el dolor relacionado con el cáncer.

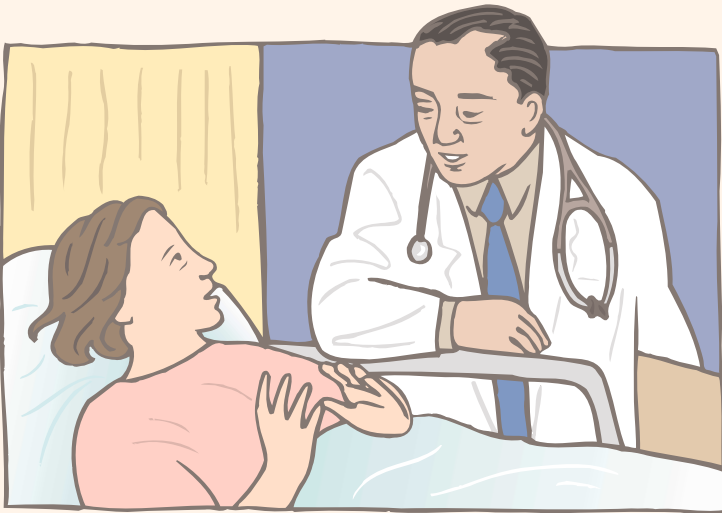
Muchas veces los pacientes se preocupan al sentir un dolor causado por el cáncer. Este programa le mostrará que:

- La mayoría del dolor se puede controlar.
- La comunicación es importante.
- El dolor se puede medir.
- Usted y los encargados de su atención médica pueden trabajar juntos para controlar su dolor.

Comunicación



Una de las partes más importantes para tratar su dolor es la buena comunicación con su médico y su enfermera.



Algunas veces los pacientes tienen miedo de hablar del dolor o están preocupados de ser una molestia.

Solamente usted sabe cómo se siente.

Es importante que usted comparta esta información con el médico y la enfermera para que ellos puedan decidir el mejor método para controlar su dolor.



Sus médicos y enfermeras también están interesados en su estado de ánimo.

Dícales cómo ha estado de ánimo.

Reunión de la información



Su médico y enfermera intentarán averiguar por qué siente dolor. Para hacerlo, ellos reunirán información importante.

Una de las primeras cosas que harán es preguntarle acerca de su dolor.

Por ejemplo, es posible que quieran saber dónde le duele.

¿Se queda en un lugar o se mueve?

Ellos le pedirán que describa qué tipo de dolor siente.

¿Es suave, le mortifica o le arde?

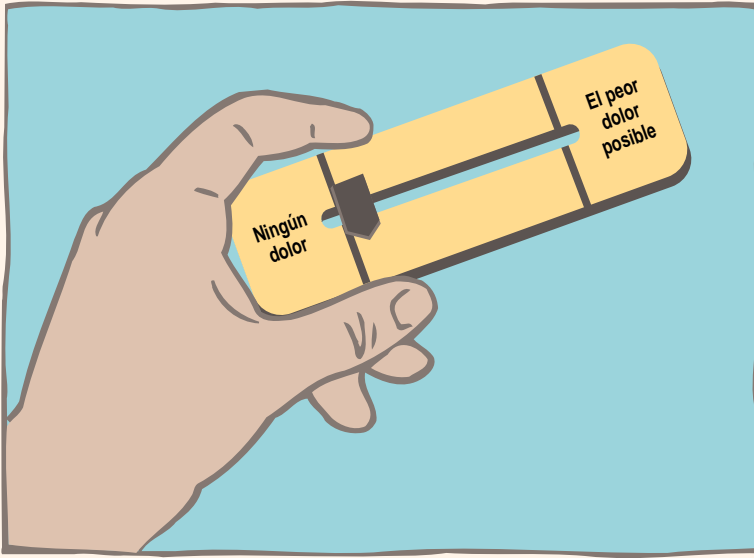
Le pueden preguntar qué tan fuerte es su dolor. Existen varias maneras de medir el dolor. Una manera es seleccionando un número en la escala de cero (0) a diez (10).

Esto se llama clasificar el dolor.

“0” significa que usted no tiene ningún dolor y “10” significa que usted tiene el peor dolor posible. ¿Cuál número entre “0” y “10” describe mejor el dolor que usted siente?



Su dolor también se puede medir usando una herramienta como ésta.



Para usarla, deslice la parte negra hacia el área que describa mejor el dolor que usted siente. Por ejemplo, si no tiene ningún dolor, deslice la parte negra hacia la izquierda.

Si tiene un poco de dolor, deslice la parte negra al centro.

Y si tiene el peor dolor posible, entonces deslice la parte negra al extremo del lado derecho.

Otra manera de medir su dolor es con una escala de papel como la que se encuentra en la última página de este libro. Utilice esta escala para medir su dolor. “0” significa que no siente dolor y “10” significa el peor dolor posible.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ningún dolor					El peor dolor posible					

Es importante que usted o una persona de su familia mantenga un diario de su dolor. Usted debe compartir todos los detalles importantes con su médico.

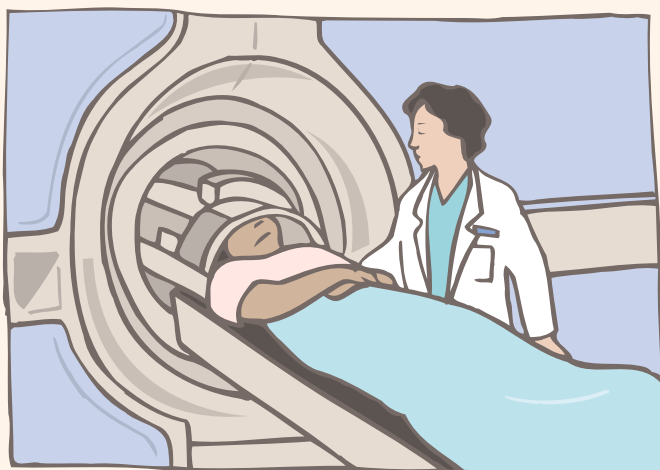
Por ejemplo, en su diario usted podría escribir la fecha, la hora, la clasificación del dolor y lo que hizo para aliviar el dolor.



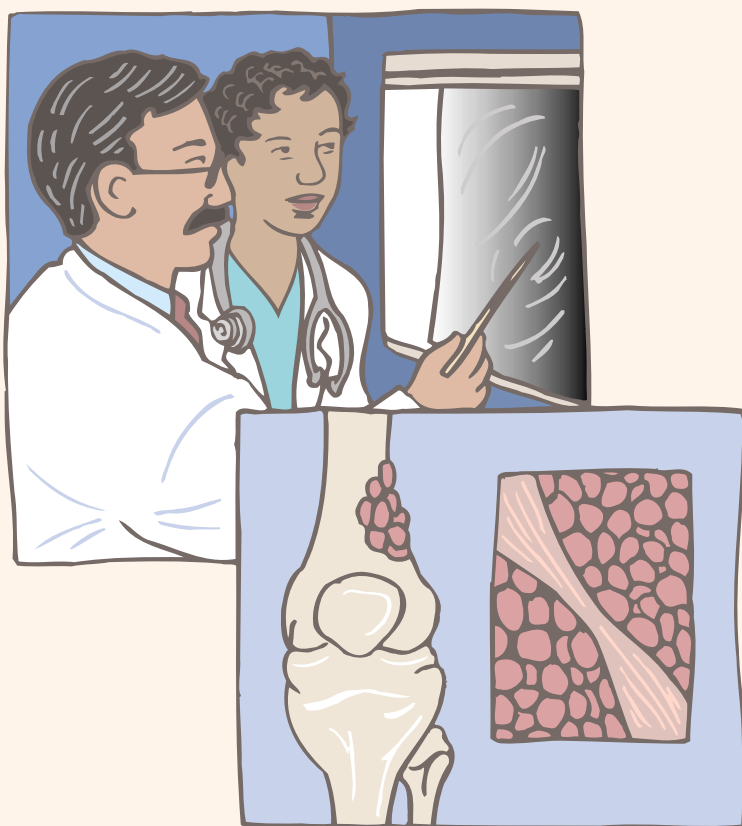


Después de que el médico le haya preguntado acerca de su dolor, quizá necesite obtener más información sobre lo que está causándolo.

Quizá le examine o le pida que se haga una radiografía o un escanograma de las partes que le duelen.



Puesto que el dolor puede tener muchas causas, como por ejemplo un tumor en los huesos o un tumor que está presionando un nervio, es importante que el médico averigüe la causa exacta.



Su médico y enfermera combinarán la información que han reunido y pensarán en la forma para hacerle sentir más cómodo.

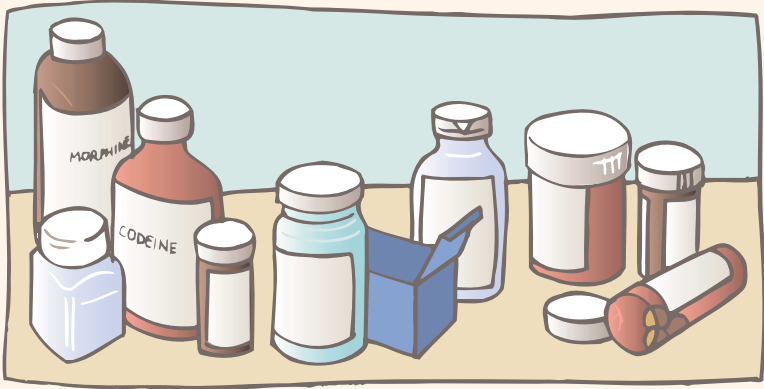
Medicinas

Las medicinas son uno de los métodos más comunes para controlar el dolor.

La mayoría de los dolores relacionados con el cáncer se pueden controlar usando medicinas que se toman por la boca.

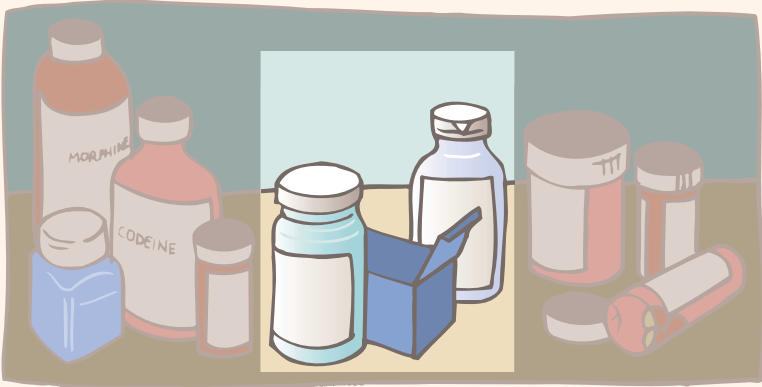
Muchas veces, las dosis hay que cambiarlas para que usted se sienta mejor.





Las medicinas para controlar el dolor se pueden dividir en tres grupos.

El primer grupo es para el dolor ligero. Es posible que usted haya usado algunas de estas medicinas antes para problemas tales como el dolor de cabeza o de músculos.



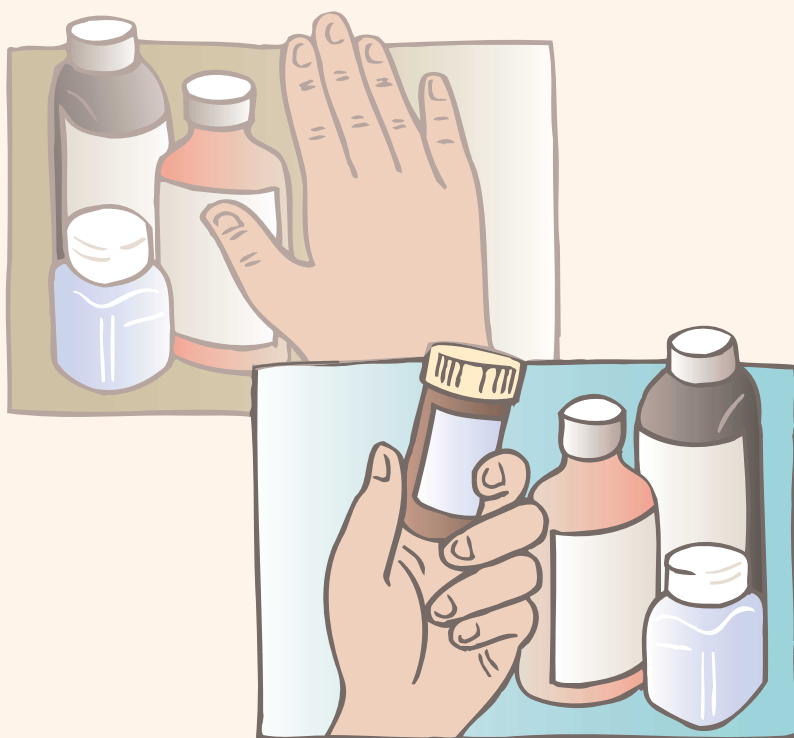
Aspirina, Tylenol® y Advil® son parte de este grupo.



El segundo grupo de medicinas es para un dolor más intenso.

Es posible que usted los haya oído llamar narcóticos u opiáceos. Algunos ejemplos incluyen la codeína, la morfina y la hidromorfina.

Muchos pacientes tienen miedo de tomar las medicinas de origen opiáceo porque piensan que se van a volver adictos. Este problema es muy, muy raro y solamente ocurre en uno de diez mil pacientes.

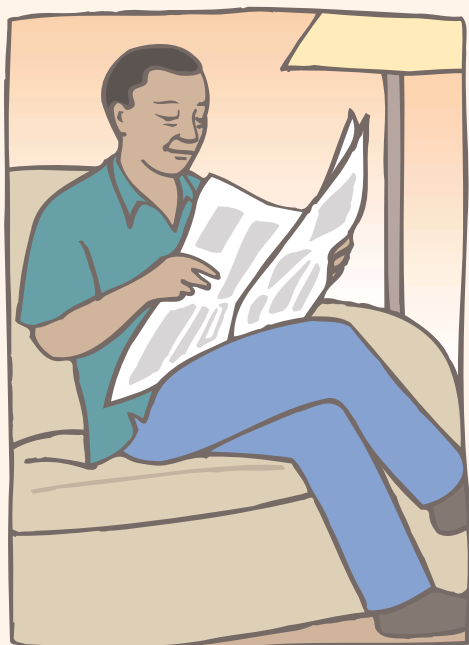


Usted no va a volverse adicto si toma la medicina para aliviar el dolor.

Si tiene miedo de volverse adicto, hable con su médico, enfermera o farmacéutico.

Los pacientes también se preocupan de usar medicinas fuertes demasiado pronto.

Tienen miedo de que si el dolor empeora mucho, no va a haber ninguna medicina para controlarlo más tarde.



En realidad es mejor que usted trate su dolor cuando empieza, aunque necesite medicinas fuertes. Esto les facilitará a los médicos controlar su dolor más tarde.

Algunas veces los pacientes se preocupan de los efectos secundarios de las medicinas.

Algunos efectos secundarios son comunes pero se pueden tratar.

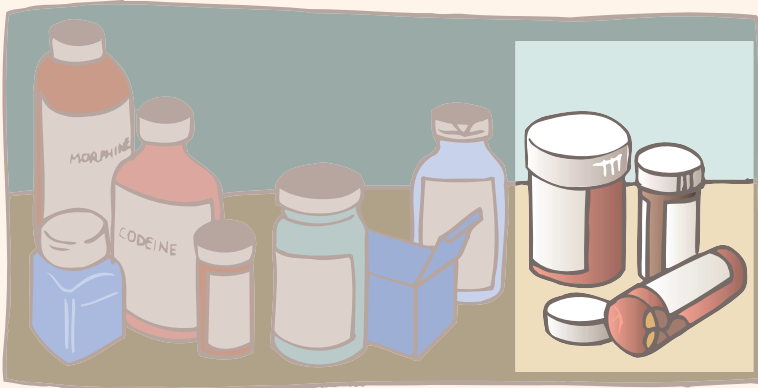


Éstos incluyen la somnolencia, las náuseas y el estreñimiento.



Usted debe decirle a su medico, enfermera o farmacéutico si está teniendo estos problemas.

Usted ha sido informado acerca de dos grupos de medicinas. El tercer grupo se usa para tratar otros problemas médicos, pero éstos además combaten el dolor relacionado con el cáncer.



Por ejemplo, si describe su dolor como ardiente o punzante, quizá tenga un nervio lesionado.

Las medicinas para tratar la depresión o los ataques podrían ayudarle con este tipo de dolor.

Cosas para recordar

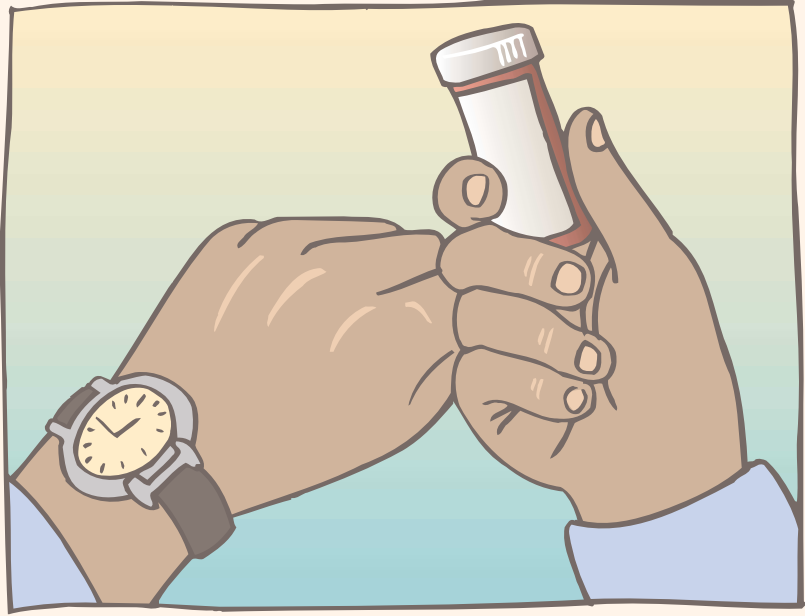
¿Cuáles son algunas cosas importantes que conviene recordar sobre las medicinas para el dolor?

Casi todas se pueden tomar en píldoras o en líquido.

Si no puede tomar las medicinas por vía oral, usted puede recibirlas de otros modos. Éstos incluyen:

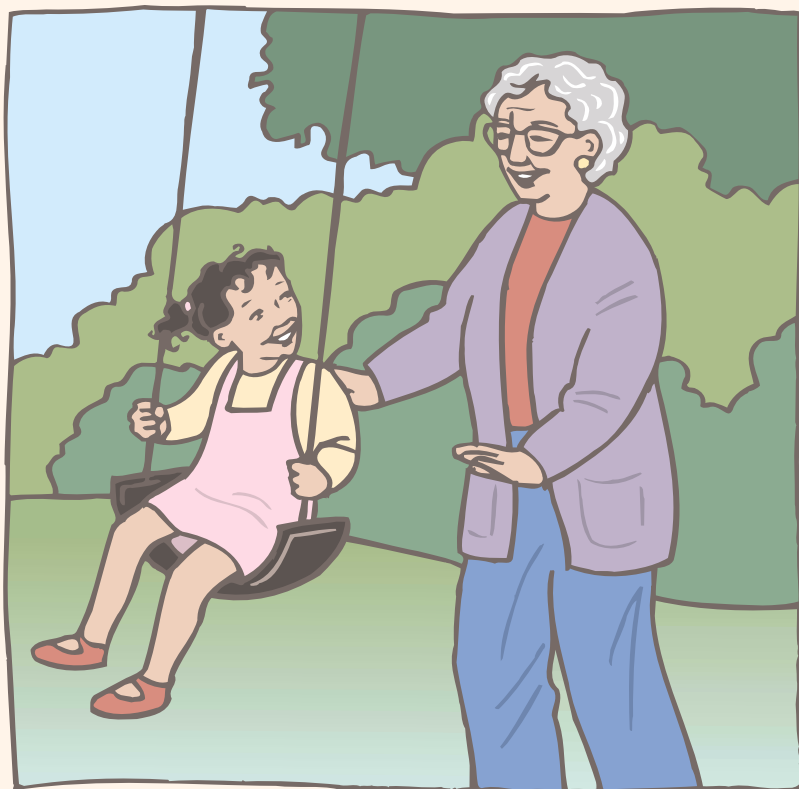
- un parche puesto en la piel;
- una aguja subcutánea o intravenosa;
- un supositorio, o
- un tubito puesto en la espina dorsal.

Cuando tome sus medicinas, siempre siga las instrucciones de su médico, enfermera o farmacéutico.



Debe tomarse las medicinas a tiempo.

Dígale a su médico o enfermera si cree que las medicinas no están ayudándole, o si está teniendo efectos secundarios. Su dolor podría empeorar de vez en cuando como por ejemplo, cuando está más activo. A menudo los médicos recetan más medicina para tomar en estos casos.



Otros métodos para controlar el dolor

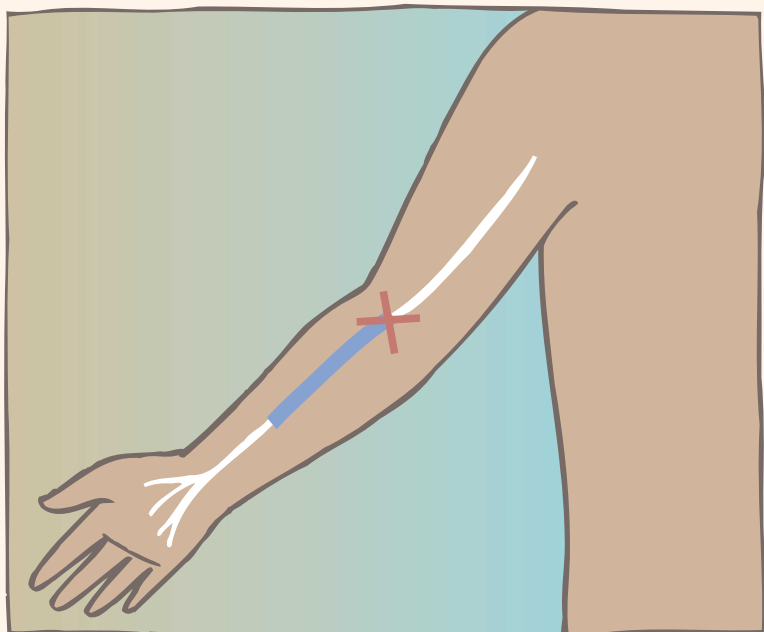
Usted ha sido informado sobre el uso de las medicinas para controlar el dolor.

¿Cuáles son otros métodos para controlar el dolor?

Los tratamientos como la radioterapia y la quimioterapia pueden aliviar el dolor porque reducen algunos tumores.

Esto disminuye la presión en los huesos, los nervios u otras partes del cuerpo.

Para algunos tipos de dolor, su médico podrá sugerir un bloqueo del nervio para que usted se sienta mejor.



Si es necesario, un médico especializado en ésto usará una aguja para inyectar directamente la medicina cerca del nervio. Este procedimiento bloquea o destruye el nervio y usted no siente dolor.

Hay otros tratamientos sencillos que no usan medicinas, entre los cuales se incluyen ciertas actividades tan agradables como:



escuchar música,

recibir un masaje
en la espalda,



tomar un baño
caliente, o

ver la televisión.

Usted puede preguntar a su médico, enfermera, asistente social o farmacéutico sobre otros métodos que no usan medicinas y que usted pueda usar por su cuenta. Su familia también puede ayudarle en esto.

Repaso

Vamos a repasar lo que usted ha aprendido sobre el dolor relacionado con el cáncer.

- Con su ayuda, su médico y enfermera van a tratar de descubrir por qué siente dolor y el mejor método para tratarlo.
- La mayoría de los dolores pueden ser tratados usando medicinas tomadas por vía oral.
- La dosis de estas medicinas hay que cambiarlas a menudo para controlar el dolor.
- Es raro que una persona se vuelva adicta a estas medicinas.
- Y finalmente, hay cosas que usted y su familia pueden hacer para aliviar su dolor sin usar medicinas.

La clave para controlar el dolor con éxito es la comunicación.

Su médico o enfermera no van a saber cuánto dolor siente a menos que usted les diga. También, debe decirles cuáles medicinas o tratamientos le sientan bien y cuáles no.

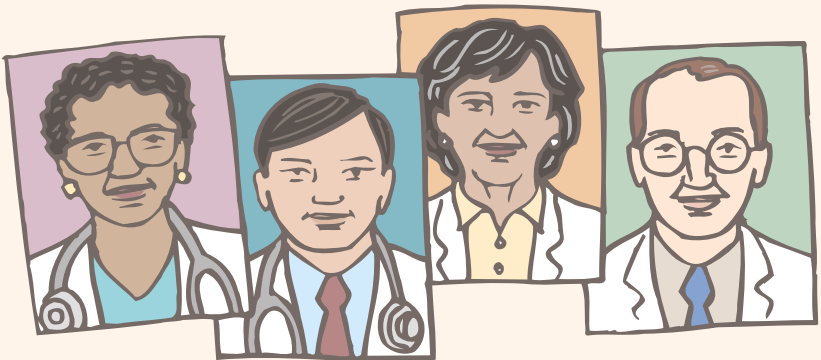


Su comodidad es muy importante.



Recuerde, su dolor puede ser aliviado.

Si tiene algunas preguntas sobre lo que ha aprendido, pídale más información a su médico, enfermera, asistente social o farmacéutico.



Diario para el control del dolor

Utilice este diario para el control del dolor y la escala para medir la intensidad del dolor.
(Tal vez quiera fotocopiar esta hoja antes de hacer sus anotaciones.)

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ningún dolor										
El peor dolor posible										

Fecha	Hora	Clasificación del dolor (escala de 0 a 10)	Medicamento para el dolor (nombre, dosis, qué tan frecuente se toma)	Otros métodos que se intentaron para aliviar el dolor	Efectos secundarios del medicamento para el dolor
6 de junio (Ejemplo)	8 am	6	Morfina 30 mg. cada 4 hrs.	masaje	constipación

Nombre del médico _____

Dirección _____

Teléfono _____

Nombre de la enfermera _____

Dirección _____

Teléfono _____

Nombre del farmacéutico _____

Dirección _____

Teléfono _____

Otros _____

Dirección _____

Teléfono _____

Preguntas _____



NATIONAL[®]
CANCER
INSTITUTE



JOHNS HOPKINS
ONCOLOGY CENTER

Publicación del NIH No. 00-4540S
Septiembre de 2000