

WYGRAJ Z BÓLEM

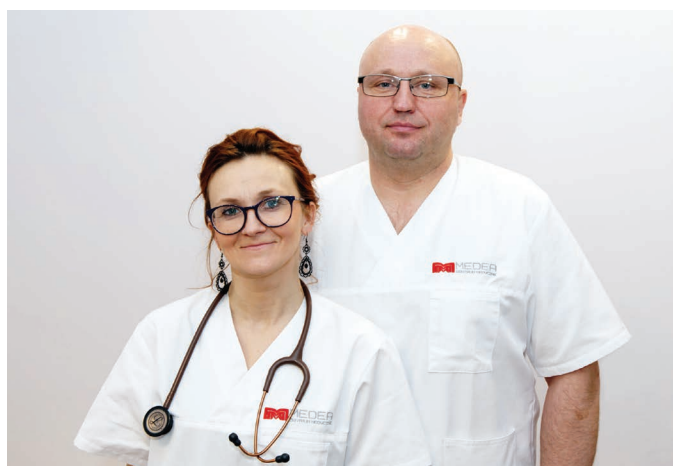


BÓL JEST GŁÓWNYM PROBLEMEM ZDROWOTNYM NASZEJ CYWILIZACJI.

I CHOĆ BÓL OSTRY MOŻE BYĆ UWAŻANY ZA OBJAW CHOROBY LUB USZKODZENIA, TO PRZEWLEKŁY I NAWRACAJĄCY STANOWI ODRĘBNY PROBLEM ZDROWOTNY, CHOROBE SAMĄ W SOBIE. JAK WYNIKA Z DANYCH MIĘDZYNARODOWEGO TOWARZYSTWA BADAŃ BÓLU, 50% LUDZI NA ŚWIECIE CIERPI Z POWODU BÓLU PRZEWLEKŁEGO, KTÓRY JEST ODCZUCIEM SUBIEKTYWNYM. DLATEGO BÓLEM JEST WSZYSTKO TO, CO CHORY BÓLEM NAZYWA, BEZ WZGLĘDU NA OBIEKTYWNE OBJAWY Z NIM ZWIĄZANE.

Centrum Medyczne MEDEA w Mazańcowicach koło Bielska-Białej powstało w marcu 2016 r. Pracuje w nim wykwalifikowany personel medyczny – lekarze specjaliści, rehabilitanci, pielęgniarki. Właścicielami są dr n. med. **Magdalena Firlej-Pruś**, specjalista chorób wewnętrznych, i lek. med. **Grzegorz Pruś**, specjalista neurochirurg. W tym numerze przedstawimy funkcjonującą w strukturze placówki **Poradnię Leczenia Bólu** z pełnym profilem farmakoterapii.

Co robi poradnia? – *Jest inna niż większość* – odpowiada dr n. med. **Magdalena Firlej-Pruś** – *bo oprócz standardowej farmakoterapii proponuje diagnostykę, leczenie, wsparcie i łatwą dostępność. Część oferty możliwa jest do realizacji również w warunkach domowych.*



MAGDALENA FIRLEJ-PRUŚ I GRZEGORZ PRUŚ

MEDEA Poradnia Leczenia Bólu

- wieloletnie doświadczenie w leczeniu bólu
- indywidualne podejście
- diagnostyka przyczyny bólu
- opracowanie indywidualnego planu diagnostyki przyczyny bólu i strategii postępowania z bólem

- opracowanie indywidualnego schematu postępowania, w skład którego wchodzi:

- leczenie przeciwbólowe oparte na farmakoterapii według standardów Polskiego Towarzystwa Badań Bólu, European Pain Federation, International Association for the Study of Pain, oparte na schemacie drabiny analgetycznej *).
- metody inwazyjne (m.in. blokady diagnostyczno-lecznicze)
- akupunktura
- rehabilitacja (kinezyterapia, fizykoterapia, masaże, terapie przeciwbólowe)
- zaopatrzenie ortopedyczne
- psychoterapia
- leczenie zaburzeń snu
- leczenie dietetyczne

- edukacja prozdrowotna (np. szkoła pleców)

* Drabina analgetyczna zaproponowana przez WHO to podział leków na 3 grupy: analgetyki nieopiodowe, słabe opioidy, silne opioidy. Dzięki niej prostsze stało się opracowywanie indywidualnego schematu leczenia przeciwbólowego. Każdy etap może być połączony z innymi środkami, takimi jak: koanalgetyki, blokady i neurolizy, metody operacyjne, metody onkologiczne (radio- i chemioterapia), neuromodulacje, masaże, akupunktura, akupresura, leki łagodzące działania niepożądane innych terapii.

Poradnia w Mazańcowicach zajmuje się każdym rodzajem bólu.

RODZAJE BÓLU

– **ostre** występuje po urazie lub zabiegu chirurgicznym, stanowi dla świadomego umysłu sygnał obecności bodźca uszkadzającego i/lub trwającego niszczenia tkanek;

– **przewlekły** nie jest bezpośrednio związany z początkowym uszkodzeniem lub jednostką chorobową, a z wtórnymi zmianami; jest spowodowany innymi fizjologicznymi



URZĄDZENIE MEDYCZNE INDIBA@ACTIV, JEDYNE O TAKIEJ MOCY W NASZYM REGIONIE, SKUTECZNIE WSPOMAGA PRACĘ FIZJOTERAPEUTÓW, PRZYSPIESZAJĄC PROCES LECZENIA, ŁAGODZĄC BÓL MIĘŚNI I STAWÓW

mechanizmami niż ból ostry, często uruchamia złożony pakiet fizycznych i psychospołecznych zmian, które są integralną częścią problemu bólu przewlekłego i znacząco obniżają jakość życia; do problemów towarzyszących bólowi należą: unieruchomienie i osłabienie mięśni i stawów, obniżenie odporności na choroby, zaburzenia snu, problemy z apetytem i odżywianiem, uzależnienie od leków, nadmierne uzależnienie od rodziny i opiekunów, nadużywanie profesjonalnego systemu opieki zdrowotnej, zła wydajność w pracy lub niezdolność do pracy, upośledzenie, izolacja od otoczenia i zamykanie się w sobie, lęk, strach, rozgoryczenie, frustracja, depresja, tendencje samobójcze;

DO LECZENIA BÓLU GŁOWY PORADNIA POSIADA SPECJALNE URZĄDZENIA DO TERAPII DOMOWEJ CEFALY, ZMNIEJSZAJĄCE ILOŚĆ ATAKÓW, UMOŻLIWIĄJĄCE REDUKCJĘ LEKÓW PRZECIWBÓLOWYCH

- **funkcjonalny** nie ma żadnej wyraźnej fizycznej przyczyny, nazywany był kiedyś psychogennym; kobiety znacznie częściej doświadczają bólu funkcjonalnego niż mężczyźni.
- **bóle kręgosłupa** są najczęściej zgłaszanymi przez mieszkańców



NAJCZĘSTSZE PRZYCZYNY BÓLU

- przeciążeniowe, po urazach, złamaniach, kontuzjach sportowych
- bóle głowy, migrena, w tym coraz częściej rozpowszechniona migrena menstruacyjna

MASZ TAKIE OBJAWY?

Zdarzają Ci się bardzo silne bóle głowy, zazwyczaj o pulsującym charakterze, występujące po jednej stronie i znacznie różniące się między sobą? Nudności, wymioty, halucynacje, urojenia, nadwrażliwość na dźwięk lub światło, drętwienie czy też mrowienie twarzy, rąk lub nóg, ból szyi i karku? **ZGŁOŚ SIĘ DO LEKARZA!** Ataki migreny wśród kobiet często przebiegają podczas menstruacji. Migrena występująca w czasie okresu jest prawdopodobnie spowodowana przez spadek ilości

estrogenów w organizmie. Prowadź „pamiętnik bólu”. Zapisuj w kalendarzu lub notatniku fakt wystąpienia ataku i jego charakterystykę: intensywność i czas trwania. Będzie to pomocne w diagnozie, ułatwi opracowanie planu terapii – dotyczy to każdego rodzaju bólu, nie tylko migreny.

PAMIĘTAJ! Prawidłowa diagnoza jest pierwszym krokiem do wyleczenia. Nie ma dobrej terapii bez dobrego rozpoznania. Wielu pacjentów pytanych o natężenie i charakter bólu, odpowiada, że nauczyło się żyć z bólem. Jesteśmy po to, aby pomóc Państwu zacząć żyć bez bólu i cieszyć się życiem. Kluczową rolę w sukcesie leczenia przeciwbólowego odgrywają motywacja do leczenia i pozytywne nastawienie. Nie można pomóc komuś, kto ewidentnie pomocy nie chce.



KLUCZOWĄ ROLĘ W SUKCESIE LECZENIA PRZECIWBÓLOWEGO ODGRYWAJĄ MOTYWACJA DO LECZENIA I POZYTYWNE NASTAWIENIE

– **nowotworowy** polega na walce z bólem, ograniczeniami, trudami leczenia; z jednej strony nowotwór zmusza osobę chorą do walki z własnym osłabionym ciałem, z drugiej stawia ją przed ciężką diagnozą i zostawia sam na sam z lękiem przed śmiercią, czemu towarzyszy ból fizyczny, będący konsekwencją stanów zapalnych organizmu; czy rak musi boleć? **NIE POWINIEN I NIE MUSI BOLEĆ!** Dostępne leki dają możliwości przeprowadzenia chorego bez bólu przez wszystkie etapy choroby.

- państw uprzemysłowionych dolegliwościami bólowymi
- **bóle krzyża** są tak rozpowszechnione u osób starszych, że niektórzy traktują je jako normalne zjawisko związane ze starzeniem się – a tak nie jest!
- **bóle w chorobach reumatologicznych i zwyrodnieniowych**
- **bóle w neuralgiach** (w tym nerwu trójdzielnego)
- **bóle w chorobach skóry**
- **bóle w chorobach narządów przewodu pokarmowego**
- **bóle w chorobach narządów przewodu moczowego**

WSZYSTKO, CO LUDZKOŚĆ DOTYCHCZAS UCZYNIŁA I WYMYŚLIŁA, WZIĘŁO SIĘ Z DAŻENIA CZŁOWIEKA DO ZASPOKOJENIA SWYCH NAJGŁĘBSZYCH POTRZEB I UŚMIERZENIA BÓLU.

ALBERT EINSTEIN



MEDEA CENTRUM MEDYCZNE
 MAZAŃCOWICE 1045 K. BIELSKA-BIAŁEJ
 TEL. 531 550 105
 www.medea-mazancowice.pl
 kontakt@medea-mazancowice.pl
 biuro.medea@poczta.fm
 f CENTRUM MEDYCZNE MEDEA