

Parlateci del vostro dolore

Da 0 a 10, qual è l'intensità del vostro dolore?

Spesso vi viene posta una domanda simile per calibrare al meglio la cura. La valutazione del dolore deve essere sistematica e ripetuta, come la misurazione della temperatura corporea e della pressione arteriosa. Con l'aiuto di un righello potete indicare l'intensità del vostro dolore su una scala che va da «Nessun dolore» a «Il massimo dolore possibile».

Info +

Per valutare il grado di dolore dei bambini piccoli o delle persone in coma o che hanno gravi difficoltà di comunicazione esistono altri strumenti, ad esempio griglie di osservazione adattate alle circostanze.

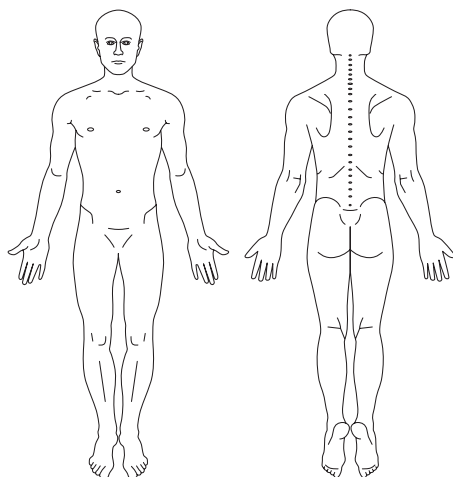
Come potete aiutare il personale curante ad alleviare il vostro dolore?

Esprimendo ciò che provate potete aiutarci a personalizzare il vostro trattamento. I dati vengono registrati nella vostra cartella e garantiscono una migliore trasmissione delle informazioni tra il personale curante.

Come parlare del vostro dolore con il personale curante?

Da quando ho male? _____

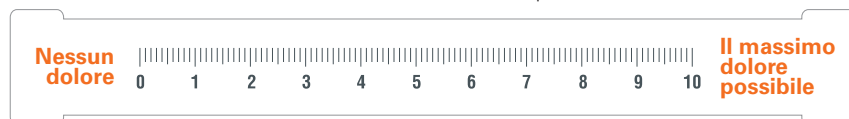
Dove ho male? (Indicate le zone in cui provate dolore)



A che cosa somiglia il dolore che provo?

- Pulsazioni
- Bruciore
- Senso di irrequietezza
- Fitte
- Senso di oppressione
- Sensazione logorante
- Formicolii
- Scariche
- Altro: _____

Qual è la sua intensità? (cerchiate la cifra corrispondente)



Quali situazioni influenzano l'intensità del vostro dolore?

Situazioni che lo acuiscono

- Posizione
- Movimento
- Stress
- Freddo
- Caldo
- Stato di riposo
- Altro: _____

Situazioni che lo attenuano

- Posizione
- Movimento
- Stress
- Freddo
- Caldo
- Stato di riposo
- Altro: _____

Su quali aspetti della mia vita il dolore incide maggiormente?

- Il sonno
- Il morale
- Il lavoro
- Le relazioni con i miei cari
- Altro: _____

Quale/i trattamento/i ho già provato?

- Farmacologici _____
- Non farmacologici _____
(fisioterapia, rilassamento, ipnosi ecc.)
- «Rimedi» personali _____
- Altro: _____