



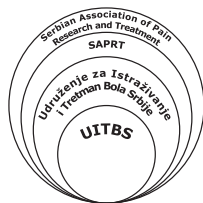
REPUBLIKA SRBIJA
MINISTARSTVO ZDRAVLJA

OPIOFOBIA

ŠTA PLAŠI BOLESNIKA I PORODICU?



**INSTITUT ZA ONKOLOGIJU
I RADIOLOGIJU SRBIJE**



Ova brošura je štampana uz podršku
MEĐUNARODNE ASOCIJACIJE ZA ISTRAŽIVANJE BOLA
(International Association for the Study of Pain)
POVODOM GODINE BORBE PROTIV KANCERSKOG BOLA

Brošura „**Opiofobija, šta plaši bolesnika i porodicu?**“ ima za cilj da ukaže na zablude i predrasude o lekovima protiv bola iz grupe opioida (morfin i njemu slični lekovi), da objasni kako oni deluju i doprinese da budu prihvaćeni od strane bolesnika i njihovih porodica.

Bolesnici izbegavaju primenu lekova opioida iz straha da će ih oni pretvoriti u zavisnike, da će se vremenom navići na njih, tj. da će prestati da deluju, ali i zbog straha od neželjenih dejstava. Činjenica je, međutim, da su ti strahovi neopravdani i da se bolesnicima bez razloga uskraćuju ovi izuzetno efikasni lekovi, što otežava lečenje bola i izaziva nepotrebnu patnju, kako bolesnika tako i njihovih porodica.

Osnovni zadatak tima koji se bavi lečenjem kancerskog bola, a samim tim i ove brošure jeste u tome da edukuje pacijente i njihove porodice da:

- primenu jakih lekova za lečenje bola iz grupe opioida (morfin i njemu slični lekovi) isključivo određuje jačina bola, a ne težina bolesti i dužina života
- lekovi iz grupe opioida nisu lekovi koji pretvaraju bolesnika u zavisnika, već su to ključni lekovi za otklanjanje kancerskog bola
- zavisnost od opioida (koji su propisani i koriste se kao lekovi protiv bola) veoma je retka, osim ako bolesnik nije ranije bio zavisan od droge ili alkohola
- ako se bol stavi pod kontrolu na drugi način, na primer specifičnom onkološkom terapijom (zračenje ili hemioterapija), tada doza leka opioida može da se smanji ili čak ukine bez bilo kakvih neželjenih fizičkih ili psiholoških posledica
- lekovi protiv bola iz grupe opioida vremenom ne prestaju da deluju
- neželjena dejstva lekova opioida dobro su poznata, mogu da se spreče i kontrolišu i nisu prepreka za primenu istih u praksi
- morfin ne pretvara pacijente u osobe „potonule u san“

Sledeće izjave najbolje pokazuju koji strahovi najviše muče pacijente i njihove porodice:

„To je droga, neću da postanem narkoman.“

Veoma je rašireno shvatanje da primena opioida u lečenju bola izaziva zavisnost i pretvara bolesnika u narkomana. Kada se lekovi opioidi koriste (tj. upotrebljavaju) u lečenju bolesnika sa bolom, oni ne izazivaju zavisnost.

Bolesnici sa stalnim bolom imaju konstantnu potrebu za lekom protiv bola, isto kao što bolesnici sa povišenim vrednostima šećera u krvi moraju stalno da dobijaju insulin kako bi održavali normalne vrednosti šećera u krvi.

„Kada jednom počnem da koristim te lekove nikada neću moći da ih ukinem.“

Tačno je da se razvija fizička zavisnost kada se lekovi opioidi redovno koriste, ali fizička zavisnost nije prepreka da se pomenuti lekovi ukinu ako se bol smanji specifičnom onkološkom terapijom (npr. hemioterapija ili zračenje).

„Ako počnem rano da koristim jak lek protiv bola, kasnije kada mi stvarno bude potreban on neće delovati.“

Jaki bolovi zahtevaju jake lekove. Jačina bola određuje jačinu leka protiv bola i trenutak kada je taj lek potreban. Prema tome, nisu jaki lekovi koje vam je preporučio lekar nego je jak bol. Jaki lekovi protiv bola koriste se u svakoj fazi bolesti. Oni vremenom ne prestaju da deluju, a doza se može povećavati onoliko koliko je potrebno da se bol ukloni.

Takođe, promene u faktorima koji utiču na bolesnikov doživljaj bola mogu uticati na to da se taj doživljaj pojača i da se pripiše prestanku delovanja leka. Nekada je dovoljan samo iskren razgovor sa bolesnikom, posle koga će on biti manje uplašen i uznemiren, a samim tim će doživljaj bola biti manji i lek će opet delovati.

Bol nije samo fizički doživljaj, već on narušava bolesnikovo raspoloženje, menja njegovo ponašanje, kao i odnose sa okolinom.

„Znam ja te lekove za lečenje bola, to znači da mi je blizu kraj.“

Primenu jakih lekova za lečenje bola isključivo uslovljava jačina bola, a ne težina bolesti. Jaki bolovi mogu da se jave u trenutku postavljanja dijagnoze, tokom lečenja ili u završnoj fazi bolesti, što znači da bi pacijenti trebalo da uzimaju lekove protiv bola onda kada imaju bolove koji to zahtevaju.

Lekovi za lečenje bola nisu lekovi sa kojima se umire, niti to znači „da je blizu kraj“. Naprotiv, to su lekovi sa kojima se živi bez bola.

Često se događa da bolesnici u trenutku postavljanja dijagnoze već imaju jake bolove i u tom slučaju odmah se prepisuju jaki lekovi protiv bola. Kada se jačina bola smanji onkološkom terapijom, ukidaju se i lekovi.

„Mogu ja još da izdržim, nisam ja još za te lekove, nisam slabić.“

Snaga se ne ogleda u trpljenju bola koji može samo da donese još veći bol. Snaga je potrebna za borbu sa bolešću.

Velika je zabluda da je opravdano i poželjno trpeti bol, jer to nanosi veliku štetu bolesnicima sa hroničnim bolom. Bol koji dugo traje uništava telo, um i duh. Trpljenje hroničnog bola rađa samo novi bol i novu patnju.

Dugotrajan bol narušava kvalitet života, pogoršava ili čak izaziva druge tegobe, na primer mučninu, poremećaj sna i apetita, izaziva depresiju, narušava odnose u porodici i sa prijateljima. Sve ovo samo još povećava bol i čini da se pacijent nađe u začaranom krugu. Trpeti bol nema smisla, jedino što može da se desi jeste da bolovi budu jači i da se dodatno naruši kvalitet života.

„Plašim se da ne budem ošamućen. Plašim se da ću stalno spavati i da neću moći da se probudim ako pijem te lekove.“

Opioidi kao i svi drugi lekovi imaju željena i neželjena dejstva. Neželjena dejstva se izbegavaju ako se pacijent pridržava saveta lekara u vezi sa preporučenom terapijom. Kada lek počne da se uzima mogu da se pojave mučnina, povraćanje i blaga ošamućenost, ali to su prolazna neželjena dejstva, koja se mogu izbeći pažljivim odabirom leka i doziranjem. Ukoliko se na početku terapije pojavi mučnina, preporučuje se primena lekova protiv mučnine. Jedino trajno neželjeno dejstvo jeste zatvor (opstipacija), te se uz lekove protiv bola obavezno i svakodnevno uzimaju i lekovi protiv zatvora.

„Da li smem da vozim kola dok pijem ove lekove?“

Na sposobnost bolesnika da vozi kola ne utiču pomenuti lekovi, pod uslovom da je doza adekvatno određena. Jedino u fazi prilagođavanja (obično prvih 10 dana od uvođenja leka protiv bola) i u slučaju kada se doza leka protiv bola povećava bolesnik ne bi trebalo da upravlja vozilom.

„Da li da ukinem lek protiv bola, ako bol prođe?“

Lekove protiv bola ne bi trebalo ukidati sve dok se primenom specifične onkološke terapije uzrok bola ne otkloni.

„Šta da radim ako se bolovi iznenada pojave iako uzimam lekove protiv bolova?“

Ponekad se mogu javiti bolovi čija jačina nadjačava, odnosno probija kontrolu bola koja je uspostavljena propisanom terapijom (tzv. proboj bola). U tom slučaju, lekar će uvek preporučiti lek za proboj bola.

Medicinska sestra je izuzetno važan član tima kada je reč o otklanjanju opiofobije. **Opiofobija se definiše kao preterani strah od terapijske upotrebe opioidnih analgetika.** Pravilna edukacija bolesnika, kao i članova njihovih porodica, otklanja strahove i zablude vezane za uzimanje opioida. Iskren i otvoren razgovor doprinosi tome da pacijent prihvati opioidne analgetike, koji su najefikasniji i najbezbedniji lekovi za otklanjanje hroničnog kancerskog bola.

„Toliko me boli da ću prihvatiti sve lekove, čak i one najgore.“

U ovoj izjavi objedinjeni su svi strahovi o kojima smo već govorili:

- strah da će bolesnik postati narkoman
- strah da se bliži kraj života
- strah da kada se jednom počne sa primenom ovih lekova, oni nikada više neće biti ukinuti
- strah da ako se rano počne sa jakim lekom on neće delovati ako se bolovi pojačaju

Opioidi nisu najgori lekovi, to su lekovi kao i svi drugi. Dugogodišnje iskustvo pokazuje da su opioidi najefikasniji i najbezbedniji lekovi za otklanjanje dugotrajnog kancerskog bola.

Kancerski bol se mora i može lečiti. Neophodno je otvoreno razgovarati o tome šta nas sprečava da bol zajedno uspešno lečimo. Na današnjem stepenu znanja, nijedan bolesnik ne bi trebalo ni da živi ni da umire sa bolom. Lekovi iz grupe opioida (morfin i njemu slični lekovi) neophodni su i nezamenjivi lekovi za uspešno otklanjanje umereno jakog i jakog kancerskog bola. Strah bolesnika i porodice ne bi trebalo da bude prepreka uspešnom otklanjanju bola i uzrok bezrazložne patnje velikog broja bolesnika. Lekovi opiodi su tu da bi se koristili, a ne da bi se permanentno izbegavali. Zbog toga moramo da se zapitamo zašto bolesnici i dalje odbijaju ove lekove?

Voleli bismo da ova brošura pomogne bolesniku i njegovoj porodici da lakše sledi savete lekara o lekovima protiv bola. Nadamo se da ćemo zajedno uspeti da prevaziđemo mnogobrojne predrasude u vezi sa lekovima iz grupe opioida i da ćemo doprineti da naši pacijenti iskuse manje patnje, da žive dostojanstveno i što kvalitetnije.

Beleške:

Autori:

naučni savetnik dr sc. med. Snežana Bošnjak

ms. Nataša Bakić

vms. Marija Dragičević

dr Jelena Dimitrijević

Institut za onkologiju i radiologiju Srbije: Centar za razvoj palijativnog zbrinjavanja

Dizajn:

Nenad Baćanović

Foto:

Eric Hill

Lektura:

Desanka Sandulović

Štampa:

Colorgafx

Beograd

oktobar 2009.

Zahvaljujemo Gospođi Marti Maurer

Pain & Policy Studies Group, University of Wisconsin Carbone Cancer Center

Kolaborativni centar Svetske Zdravstvene Organizacije (SZO) Madison, SAD

na nesebičnoj pomoći tokom pripreme ove brošure

CIP - Katalogizacija u publikaciji Narodna biblioteka Srbije, Beograd

Opiofobija - Šta plaši bolesnika i porodicu

ISBN 978-86-80401-08-9 / COBISS.SR-ID 170377740

The background of the entire page is a photograph of several red poppies. The flowers are in various stages of bloom, with some fully open and others as buds. The stems are dark and have fine hairs. The background is a soft, out-of-focus bokeh of warm, golden light spots, suggesting an evening or night setting with distant lights.

Kancerski bol se može uspešno lečiti

Nemojte da trpite bol u tišini, posavetujte se sa lekarom ili medicinskom sestrom

Morfin i njemu slični lekovi (tzv. opioidi) su efikasni, dobro podnošljivi i bezbedni

Neosnovan strah od lekova opioda sprečava nas da uspešno lečimo bol i izaziva nepotrebnu patnju bolesnika i njegove porodice

Razgovarajte otvoreno i iskreno o tome šta Vas sprečava da koristite lekove protiv bola

Primena morfina ne znači da je Vaše oboljenje u završnoj fazi