

Pamamahala ng Sakit at Opioid Pagkatapos ng Operasyon



Ang mahusay na pagpapagaan ng sakit pagkatapos ng operasyon ay nagtataglay ng ilang hakbang, kung saan pinapanatiling maikli ang paggamit ng malalakas na opioid upang maiwasan ang pagka-depende.

Kieran Hirpara © ⓘ 4.0

Ang pahinang ito ay isinalin ng makina at hindi pa nasusuri ng isang doktor. Ang **bersyong Ingles** ang siyang opisyal.

Ano ito

Ang pamamahala ng sakit at opioid pagkatapos ng operasyon ay isang plano upang panatilihin ang iyong kaginhawaan habang ginagamit ang pinakamabuting dami ng matinding gamot pang-alis ng sakit. Ang iyong doktor ay gumagamit ng halo ng mga gamot at teknik na magkasamang gumagana. Tinatawag na multimodal analgesia ang paraang ito. Kasama rito ang mga gamot na hindi opioid, mga lokal na inyeksyon na nagpapabango, at minsan ay mga kagamitan na tumutulong sa paggaling ng iyong katawan. Ang layunin ay bawasan ang antas ng iyong sakit at bawasan ang pangangailangan para sa mga opioid mula pa sa simula.

Mahalaga ang planong ito para sa lahat ng nasa proseso ng operasyon sa kasu-kasuan o gulugod. Lalo itong nakakatulong kung may fibromyalgia ka o kung gumagamit ka ng mga opioid bago ang iyong operasyon. Mas malaki ang posibilidad na kailanganin ng mga pasyenteng may fibromyalgia ang mga reseta ng opioid hanggang sa isang taon pagkatapos ng hip arthroscopy. Kahit ang mga hindi gumagamit ay maaaring magpatuloy sa paggamit ng mga opioid sa loob ng 10 hanggang 12 buwan pagkatapos ng elective joint surgery. Humigit-kumulang 39% ng mga gumagamit ng opioid bago ang operasyon ay nagpapatuloy sa paggamit nito sa loob ng 10 hanggang 12 buwan pagkatapos ng operasyon. Humigit-kumulang 9% lamang ng mga hindi gumagamit ang nagpapatuloy. Inaangkop ng iyong doktor ang plano sa iyong mga partikular na pangangailangan upang maiwasan ang long-term dependence.

Gumagana ang estratehiya sa pamamagitan ng pagharang sa mga signal ng sakit sa iba't ibang paraan. May mga gamot na nagbabawas ng pamamaga at pamamaga. May iba naman na direktang nagpapabango sa lugar ng operasyon. May mga teknik na nagbabawas ng dami ng opioid na kailangan ng iyong katawan upang

makaramdam ng ginhawa. Halimbawa, ang ilang gamot ay nagbabawas ng maagang sakit pagkatapos ng hip o knee replacement. Ang iba naman ay tumutulong na bawasan ang pagsusuka at pagsusuka, na tumutulong sa mas mabilis na paggaling. Sa pamamagitan ng pagsasama-sama ng mga paraang ito, ang layunin ng iyong doktor ay epektibong kontrolin ang iyong sakit nang hindi umaasa lamang sa mga opioid. Ang balanseng paraang ito ay tumutulong sa iyo na gumalaw nang mas maaga at umuwi nang mas maaga.

Gumagana ba ito?

Gagamitin ng iyong doktor ang halo-halong gamot at teknik upang mapanatili ang kontrol sa iyong sakit. Tinatawag na itong multimodal analgesia. Layunin nitong bawasan ang iyong pangangailangan para sa mga opioid, na mga malakas na gamot pang-alis ng sakit. Ipinaliliwanag ng pananaliksik na mas epektibo ang pagsasama-sama ng iba't ibang uri ng pagpapagaan ng sakit kaysa sa paggamit ng iisang paraan lamang. Halimbawa, ang pagbibigay ng steroid sa panahon ng operasyon ay maaaring bawasan ang maagang sakit at ang pangangailangan para sa mga opioid pagkatapos ng hip replacement. Ang pag-inom ng gamot pang-alis ng sakit na hindi opioid bago ang operasyon ay tumutulong din upang bawasan ang mga marka ng sakit at ang paggamit ng mga opioid pagkatapos ng mga arthroscopic na prosedura.

Gayunpaman, hindi lahat ng paggamot ay gumagana para sa bawat isa. May ilang pag-aaral na nagpakita na ang ilang gamot pang-sakit ng nerbiyos ay hindi nabawasan ang paggamit ng mga opioid o ang sakit pagkatapos ng hip replacement. Sa katunayan, ang isang ganitong uri ng gamot ay nauugnay sa mas maraming side effects na nakakaapekto sa iyong central nervous system. Ang ibang mga paggamot, tulad ng pagdaragdag ng isang partikular na asido sa lokal na suntok pang-alis ng sakit para sa knee replacement, ay bahagyang nabawasan ang sakit ngunit hindi sapat upang makita mo ang tunay na pagkakaiba sa iyong paggaling. Gayundin, habang ang isang bagong device na nakabase sa nanotechnology ay tumulong upang bawasan ang paggamit ng mga opioid at ang pagduduwal pagkatapos ng knee replacement, ang iba pang mga salik tulad ng iyong edad o kung ilang anchors ang ginamit sa shoulder surgery ay maaari pa ring dagdagan ang iyong pangangailangan para sa mga opioid.

Mahalaga ang iyong personalong kasaysayan. Kung mayroon kang fibromyalgia, mas malaki ang iyong tsansang makatanggap ng reseta para sa mga opioid sa loob ng 90 araw at isang taon pagkatapos ng hip arthroscopy, kahit na ang iyong mga rate ng reoperation ay katulad ng ng iba. Humigit-kumulang 39% ng mga pasyente na gumamit ng mga opioid bago ang elective joint surgery ay patuloy na gumamit nito 10 hanggang 12 buwan pagkatapos. Sa kabaligtaran, 9% lamang ng mga taong hindi gumamit ng mga opioid bago ang operasyon ang patuloy na gumamit nito pagkatapos. Hindi tila nakakaapekto ang antas ng anxiety sa paggamit ng mga opioid para sa mga pasyente na baguhan sa mga gamot na ito.

Mayroon ding mga limitasyon sa kung ano ang aming alam. Maraming pag-aaral tungkol sa mga gamot tulad ng dexamethasone ay may nakatakdang dose at kulang sa long-term safety data. Kailangan namin ng mas maraming pananaliksik upang matukoy ang pinakamainam na pagdosis at subaybayan ang kaligtasan sa mas mahabang panahon ng paggaling. Habang ang ilang mga protocol, tulad ng mas tahimik na paraan ng rehabilitation para sa knee replacement, ay nababawasan ang mga panahon sa ospital at ang exposure sa mga opioid nang hindi nagdaragdag ng mga panganib, ang ibang mga estratehiya ay maaaring hindi mag-alok ng klinikal na makabuluhang pagpapabuti. Ang iyong care team ay magtatakda ng mga opsyong ito sa iyong mga

partikular na pangangailangan, ngunit ang tapat na inaasahan tungkol sa pamamahala ng sakit ay mahalaga para sa iyong paggaling.

Tama ba ito para sa iyo?

Ang paraang ito ay tumutulong sa karamihan ng mga tao na pamahalaan ang sakit nang hindi sobrang nakadepende sa malalakas na gamot pang-alis ng sakit. Ang paggamit ng halo-halong iba't ibang gamot at terapiya ay epektibo para sa mga operasyon ng palitan ng kasu-kasuan at sa mga pamamaraan sa gulugod. Tumutulong din ito pagkatapos ng mga operasyon sa kamay at braso. Kung mayroon kang fibromyalgia, maaaring kailanganin mo ng mas maraming gamot pang-alis ng sakit hanggang isang taon pagkatapos ng operasyon sa balakang. Gayunpaman, ang iyong panganib na kailanganin ang isa pang operasyon ay nananatiling katumbas ng iba.

Maaaring gumamit ang iyong doktor ng espesyal na mga gamot habang nasa operasyon upang bawasan ang maagang sakit. Ang pag-inom ng gamot pang-alis ng sakit bago ang operasyon ay maaari ring tumulong. Ngunit maaaring hindi sapat ang pagbabago sa pakiramdam na dulot ng mga hakbang na ito upang magkaroon ng malaking epekto sa pangmatagalan. Kung kasalukuyan mong iniinom ang mga opioid, malamang na kailanganin mo ng mas marami pa sa unang tatlong araw pagkatapos ng pagkukumpuni ng rotator cuff. Humigit-kumulang 39% ng mga taong nainom ng opioid bago ang operasyon ay nananatiling gumagamit nito sampung hanggang labindalawang buwan pagkatapos. 9% lamang ng mga taong hindi nainom ng opioid bago ang operasyon ang nananatiling gumagamit nito.

Madalas na kailanganin ng mga matatanda ng mas kaunting gamot pang-alis ng sakit pagkatapos ng operasyon sa balikat. Ang bilang ng mga anchor na ginamit sa iyong pagkukumpuni ay maaari ring makaapekto sa dami ng gamot na kailanganin mo. Maaari ring magkaroon ng epekto ang iyong sitwasyong panlipunan. Ang mga taong nainom ng opioid bago ang operasyon ay madalas na humaharap sa mas maraming hamon sa buhay kumpara sa mga hindi nainom.

Ligtas ang planong ito para sa karamihan ng mga pasyente. Binabawasan nito ang dami ng malalakas na gamot pang-alis ng sakit na natatanggap mo sa ospital. Ang pinakamalaking pagbaba ay nangyayari sa unang at ikalawang araw pagkatapos ng operasyon para sa fracture ng itaas na ekstremitas. Nananatiling magkapantay ang kontrol sa sakit kumpara sa tradisyonal na mga pamamaraan. Iiaangkop ng iyong doktor ang planong ito sa iyong mga pangangailangan. Makipag-usap sa kanila tungkol sa pinakamainam na paraan para sa iyong katawan at buhay.

Ang pangwakas na punto

Inaasahan mong gagamit ang iyong doktor ng halo-halong paraan para sa pagpapagaan ng sakit upang manatili kang komportable habang pinapababa ang paggamit ng opioid. Humigit-kumulang 39% ng mga pasyente na kumukuha ng opioid bago ang operasyon ay patuloy pa ring gumagamit nito 10 hanggang 12 buwan pagkatapos, kumpara sa lamang 9% ng mga hindi nito gumagamit. Ipinapakita nito ang kahalagahan ng iyong

mga gawi bago ang operasyon. Habang maraming teknik ang nakakatulong, ang pinakamahalagang hakbang ay ang pag-aaddress ng iyong sariling paggamit ng opioid bago ang operasyon.