

Fason pou Jwenn èd pou Doulè Kansè

Getting Help for Cancer Pain – Haitian Creole

Doulè se yon bagay ki fè ou mal. Se oumenm sèlman ki konnen lè ou gen doulè ak fason ou santi. Fè doktè ou ak enfimyè ou konnen doulè ou touswit; li pi fasil pou trete doulè a lè li fèk kòmanse.

Doulè se fason kò ou di ou gen yon bagay ki pa bon. Men lè ou gen kansè sa pa toujou vle di ou pral gen doulè. Epi si ou gen doulè, se kapab akòz lòt bagay anplis kansè ou. Tout doulè kapab epi ta dwe trete.

Men sa ki kapab lakòz ou gen doulè kansè:

- Kansè a poukont li
- Tretman kansè a
- Tès ou fè yo

Ou kapab gen doulè nan maltèt oswa atrit.

Doulè kapab afekte tout pati nan lavi ou.

Si ou gen doulè:

- Ou kapab fè bagay ou bezwen fè yo.
- Ou ka gen pwoblèm pou dòmi ak manje.
- Ou ka santi ou fatige oswa “deprime” toutan.
- Ou ka gen move imè, ou ka fwistre, tris, epi menm ankòlè.

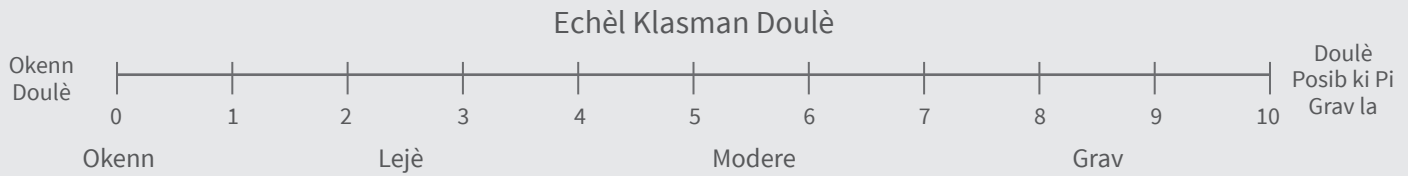
Moun pa ou yo ka pa konprann kijan ou santi ou, epi ou ka santi yo abandone ou nèt nan detrès ou.

Men kèk enfòmasyon sou tretman doulè kansè :

- Doulè kansè kapab toujou kontwole.
- Kontwole doulè se yon pati nan bon swen kansè.
- Pi bon fason pou kontwole doulè kansè se pa janm kite li kòmanse epi pou toujou anpeche li vin grav.
- Ou gen yon dwa pou mande pou kontwòl doulè.
- Moun ki pran medikaman pou doulè kansè nan fason doktè a oswa enfimyè a di yo vin gen akoutimans raman pou medikaman yo.
- Pifò moun pa vin hay oswa yo pa pèdi kontwòl lè yo pran medikaman pou doulè nan fason doktè oswa enfimyè di yo.
- Gen kèk bagay ou kapab fè pou kontwole oswa menm pou evite reyaksyon negatif nan medikaman w ap pran yo pou doulè.

fason pou pale konsènan doulè ou

Etap 1: Itilize yon echèl doulè pou eksplike kantite doulè ou genyen.



Etap 2: Dekri doulè ou.

Men kèk mo ou ta ka itilize:

- Anmèdan
- Ap boule mwen
- Ki Fò
- Ki fè mwen soufri anpil
- Fè mal
- K ap lanse mwen
- Ki Fò Anpil

Etap 3: Fè ekip swen kansè ou konnen:

- Kote ou gen doulè a
- Kantite tan li dire
- Sa ki fè doulè pi byen soulaje oswa pi grav
- Si doulè a anpeche ou fè aktivite ou vle fè yo
- Sa ou te eseye pou fè doulè a pi byen soulaje epi si sa ou te fè a te efikas

Medikaman pou Doulè

Gen anpil medikaman, anpil fason pou pran medikaman yo, ak anpil tretman san medikaman ki kapab ede soulaje doulè ou. Travay avèk ekip swen kansè ou pou jwenn tretman doulè kansè ki travay pi byen pou ou.

Men kèk kesyon ou ka vle poze doktè ou oswa enfimyè ou konsènan medikaman doulè:

- Ki kantite medikaman mwen ta dwe pran? Konbyen fwa mwen kapab pran li?
- Si li pa travay, èske mwen kapab pran plis?
- Èske mwen ta dwe rele ou anvan mwen pran plis?
- Kisa pou mwen fè si mwen bliye pran li oswa si mwen li twò ta?
- Èske mwen ta dwe pran medikaman an avèk manje?
- Konbyen tan li pran medikaman an pou li kòmanse travay?
- Èske pa gen pwoblèm pou mwen bwè alkòl, kondi machin, oswa opere ekipman lou apre mwen pran medikaman pou doulè?

- Ki lòt medikaman mwen kapab pran avèk medikaman doulè a?
- Ki medikaman mwen ta dwe sispann pran pandan m ap pran medikaman pou doulè a?
- Ki reyaksyon negatif mwen kapab genyen nan medikaman an, kijan mwen kapab evite yo, epi kisa mwen ta dwe fè si mwen genyen yo?

Lè doulè kansè a soulaje, ou kapab:

- Kontan paske ou aktif.
- Dòmi pi byen.
- Jwi fanmi ou ak zanmi ou yo.
- Manje pi byen.
- Jwi sèks.
- Evite depresyon.
- Fè aktivite ou bezwen oswa vle fè.

Pa aksepte doulè kòm yon pati nòmal lè ou gen kansè. Ou gen yon dwa pou jwenn soulajman nan doulè ou.

