

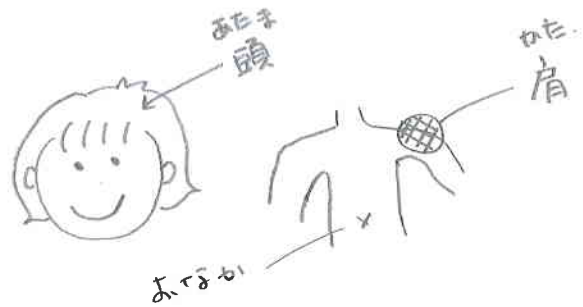
第8回ワークショップを行って、話題になった痛みについてまとめました。

痛み

患者の「痛み」について、医療者が知るために、以下のことを聞きます。

1. 痛いところ

(例) 頭、肩、おなか、足、など。

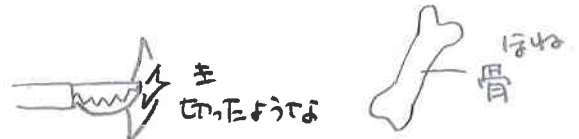


2. どのような痛み

(例)

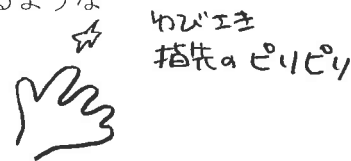
① ズキズキ、ギュート、うすくような、差し込むような、締め付けられるような

・・・内臓の痛み、骨の痛み



② ジンジン、電気が走るような、しびれるような

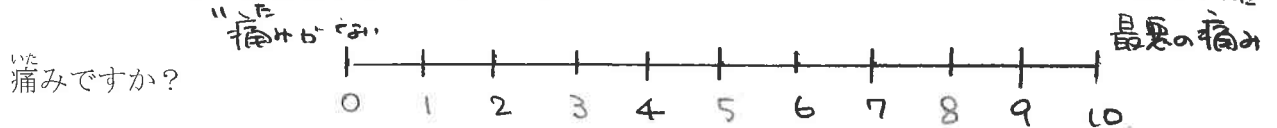
・・・神経の痛み



痛みの性質によって、痛み止めの薬を、決めていきます。

3. 痛みの強さ

1から10まで。最悪な痛みを10、痛みがないを0としたら、今、いくつぐらいの



4. 痛みを感じる動き方

動くとき痛い？ 静かに寝ていても痛い？

5. 痛みをやわらげるためにしていること

あたためる？ さする？ 動く？ 静かに寝ている？ 誰かと話す？ など

6. 痛みによって、日常生活で困っていること

歩けない？ 食べられない？ トイレの時にズボンがあげられない？

お風呂に入れない？ 一人で外出できない？

7. 痛みによって眠れない

痛み止めの薬の副作用、次のような症状があるか？

1. 便秘になりやすい

2. 吐き気が出やすい

3. 眠気が出やすい