



ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПАЦИЕНТОВ И  
УХАЖИВАЮЩИХ ЗА НИМИ ЛИЦ

# **Рекомендации пациентам после выписки, выданные Центром неотложной помощи и клиникой симптоматической терапии: боль**

В этом материале представлены рекомендации пациентам после выписки в отношении боли, выданные Центром неотложной помощи (UCC) и клиникой симптоматической терапии (SCC).

## **Боль**

Если у вас есть обезболивающие препараты, которые вы можете принимать по мере необходимости, примите их, прежде чем делать что-то, что усугубит вашу боль.

Упражнения на расслабление (например, глубокое дыхание) или медитация могут уменьшить боль.

Отслеживайте то, что усиливает или уменьшает боль. Ваша лечащая команда может использовать эту информацию для более эффективного облегчения вашей боли. Составьте список лекарств, которые вы принимаете, с указанием, насколько они облегчают боль и как долго длится их эффект.

Когда вы описываете свою боль, вы можете оценить ее от 0 до 10. 0 означает отсутствие боли, а 10 — самую сильную боль.

Храните обезболивающие в безопасном месте, недоступном для посетителей, для детей и домашних животных.

Многие обезболивающие вызывают запор (затруднения при опорожнении кишечника), поэтому следите за своим стулом. Если ваш медицинский сотрудник выписал вам лекарства для предотвращения запоров, принимайте их в соответствии с указаниями.

Свяжитесь со своей лечащей командой центра MSK или обратитесь в ближайшее отделение неотложной помощи, если у вас:

- боль, которая не проходит после приема обезболивающего лекарства;
- возникла или усилилась боль;
- появились или усугубились проблемы со сном или ясностью мышления;
- одышкой;
- проблемы с бодрствованием для выполнения обычных задач.

Ваша лечащая команда может направить вас в региональную клинику симптоматической терапии (SCC) или в Центр неотложной помощи (UCC).

Проконсультируйтесь с лечащей командой центра MSK после выписки.

Информацию по этому и многим другим вопросам можно найти в образовательной библиотеке центра MSK для пациентов и лиц, ухаживающих за ними, по адресу [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe)

If you have questions or concerns, contact your healthcare provider. A member of your care team will answer Monday through Friday from 9 a.m. to 5 p.m. Outside those hours, you can leave a message or talk with another MSK provider. There is always a doctor or nurse on call. If you're not sure how to reach your healthcare provider, call 212-639-2000.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на сайте [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

Urgent Care Center and Symptom Care Clinic Nursing Discharge Instructions: Pain - Last updated on March 21, 2023

Все права защищены и принадлежат Memorial Sloan Kettering Cancer Center