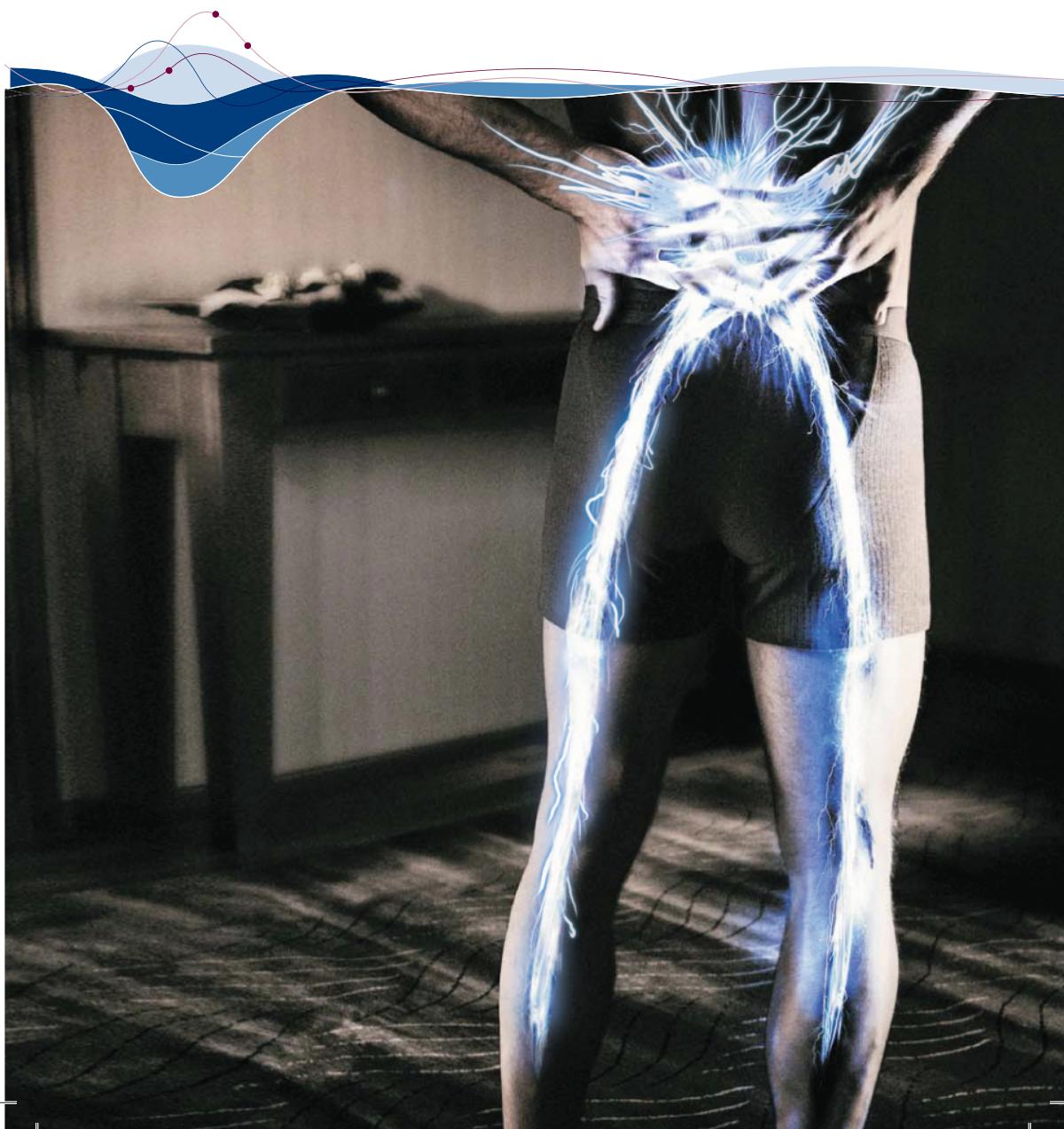
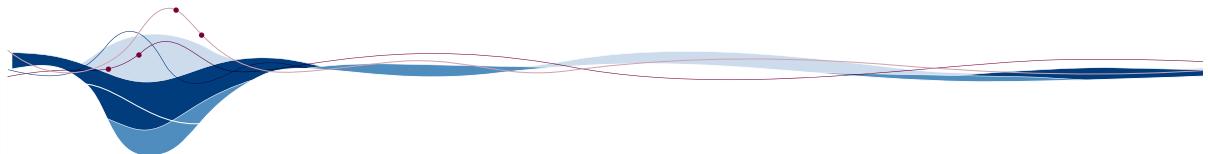


Zašto živjeti s bolj?

Informacije i savjeti o boli i pronalasku olakšanja





Nauči više o боли

Bol je kronična bolest proširena svijetom i jedan od načešćih razloga traženja medicinske pomoći.

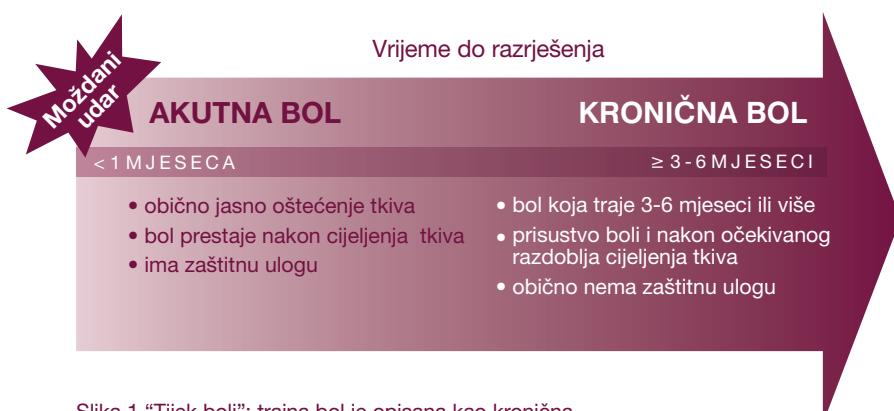
Različiti su uzroci kronične боли, stoga je važno otkrivanje oblika боли od koje Vi patite, budući da različiti oblici боли zahtijevaju različito liječenje.

Koja je uloga боли?

Akutna бол (također opisana kao kratkotrajna бол) je općenito upozoravajući znak i neophodna je za život, štiti nas, na primjer, od opeklina te upozorava na rane i infekcije.

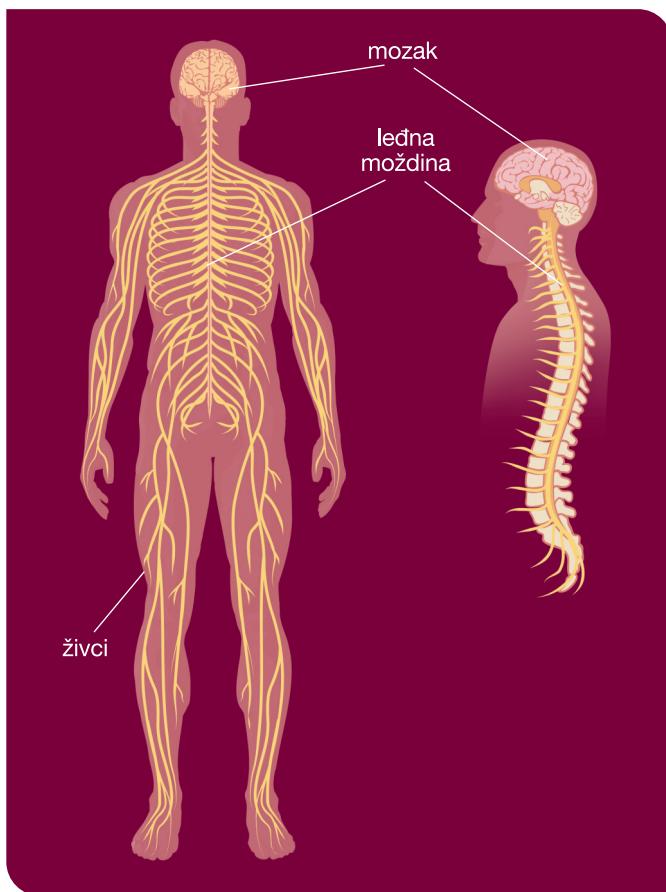
Osjet бол se javlja kada se receptori za бол na krajevima senzornih živčanih vlakana podraže za prijenos signala putem leđne moždine do mozga.

Drugi oblik бола je kronična бол, koja se razlikuje od akutne боли po tome što traje dulje vremena i ako se ne liječi može ozbiljno utjecati na kvalitetu života osobe kao i na njezino opće dobro.



Slika 1 "Tijek бола": trajna бол је opisana као kroničна

Informacije i savjeti o boli i pronašanju olakšanja

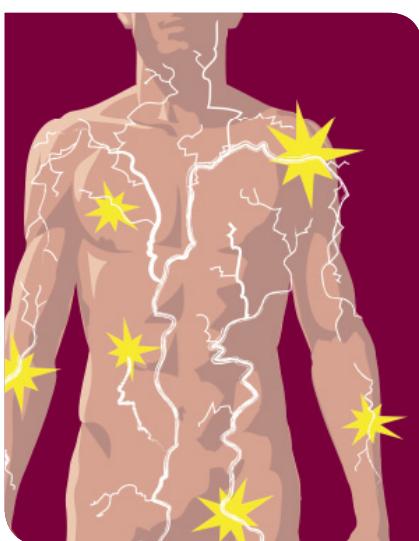


Slika 2. Bol se javlja kada živci odašilju signale putem leđne moždine u mozak

Različiti oblici боли

Bol se može podijeliti prema trajanju (akutna ili kronična bol), uzroku (npr. artritis) ili lokalizaciji (npr. glavobolja, bol u leđima). Također se može podijeliti prema mehanizmu nastanka; razlikujemo dva tipična oblika:

- **Nociceptivna bol** je uzrokavana oštećenjem tkiva (npr. kosti i mišića). Tvari koje se oslobađaju na mjestu ozljede podražuju živčana vlakna za bol te prenose te informacije u mozak koji ih prepoznaće kao bol. U ovom slučaju, bol služi kao upozoravajući signal i zaštitni mehanizam, a obično prestaje kada početno oštećenje zaciјeli.
- **Neuropatska bol** je rezultat direktnog oštećenja bilo kojeg dijela živčanog sustava (perifernih živaca, leđne moždine ili mozga). Oštećenje uzrokuje abnormalni prijenos signala putem živaca u mozak gdje se prepoznaju kao bol. Bol je često veoma intenzivna i može se javiti spontano. Može biti provođena minimalnim podražajem (npr. nježan dodir) ili se javiti čak i bez podražaja (npr. kod postherpetičke neuralgije ili dijabetičke polineuropatijske).



Slika 3. Osjet "električnog udara"

Informacije i savjeti o boli i pronalasku olakšanja

Bol može postojati i nakon što primarno oštećenje zaciјeli i u tom slučaju nema zaštitnu ulogu. Često je osjećaj neuropatske boli poput električnog udara i opisuje se kao **žarenje, oštra bol, bockanje, probadanje, svrbež, isijavanje**.

Kako se bol liječi?



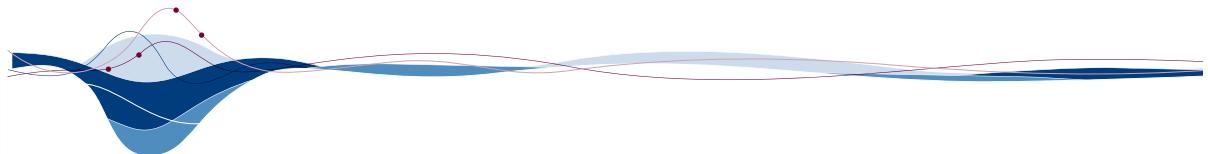
Dijagnoza i liječenje boli uvijek bi se trebalo provoditi od strane liječnika.

Postoje brojni učinkoviti načini liječenja boli, a za različite oblike boli postoje različiti načini liječenja. Iz tog razloga važno je da Vaš liječnik postavi dijagnozu, a Vi započnete liječenje što je to prije moguće.

Razgovaraj s liječnikom



Ako patite od kronične boli, trebali biste posjetiti svog liječnika. Ispunjavanjem upitnika na sljedećoj stranici te njegovim donošenjem liječniku možete pomoći u postavljanju točne dijagnoze i započimanju odgovarajućeg liječenja.



Pronađite Vaš oblik боли

Korak 1: Kako je osjećate?

Ovaj odjeljak pomaže Vam da jasno opišete Vašem liječniku koji oblik боли osjećate.

Prvo, odgovorite na dolje navedena pitanja označavanjem kvačicom kvadratića koji se odnosi na Vas.

1. Osjećate li bol kao:

- Peckanje/bockanje?
- Probadanje?
- Ukočenost?
- Električni udar?
- Trnjenje?
- Trganje?

2. Je li bol bila vruća/goruća?

3. Je li osjećaj боли hladan?

4. Pogoršava li se bol облачењем i zamatanjem?

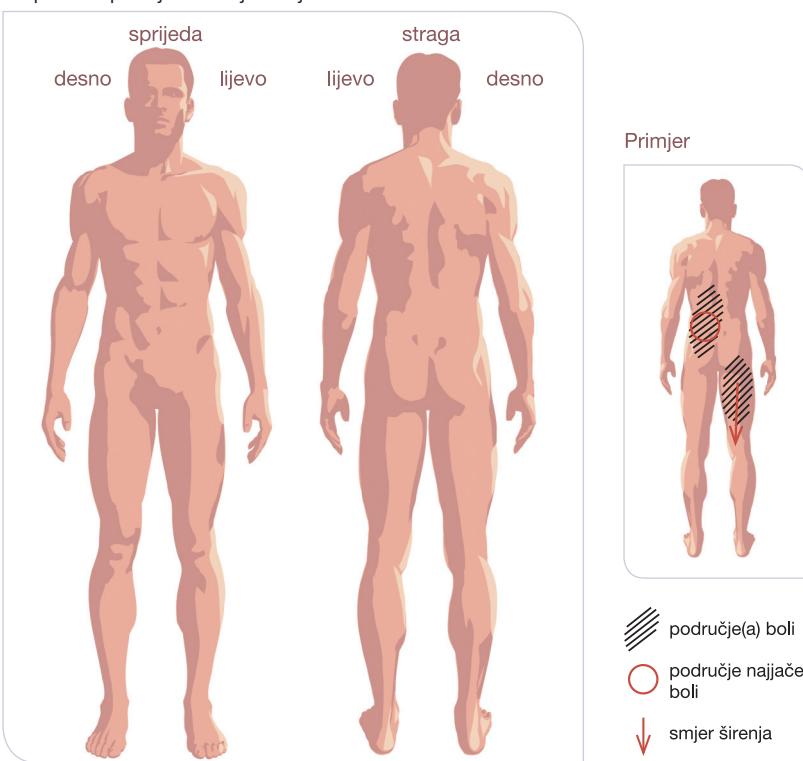
Ako ste označili jedan ili više kvadratića, moguće je da patite od neuropatske боли i trebali biste o tome razgovarati s Vašim liječnikom. Ako niste označili niti jedan kvadratić, a patite od kronične боли, trebali biste ipak razgovarati s Vašim liječnikom.

Molimo Vas da dovršite korak 2 upitnika na sljedećoj stranici.

Korak 2: Gdje je lokalizirana bol?

Na slici ispod teksta molimo Vas da zasjenite područje u kojem osjećate bol. Ako je bol prisutna u više od jednog područja, zaokružite područje ili područja u kojima Vam se čini da je bol najjača. Također, nacrtajte strelicu na zasjenjenju kojom pokazujete u kojem smjeru se bol širi (primjer dolje desno).

Nemojte zaboraviti ponijeti ovaj ispunjeni upitnik sa sobom kada sljedeći put idete liječniku, budući da ćete time pomoći da se postavi točna dijagnoza i započne primjerno liječenje.





Pfizer Croatia d.o.o., Radnička cesta 80, 10000 Zagreb
Tel. 01 390 87 77, Fax.: 01 390 87 70
LYR-14-08-EDU, lipanj 2008.