

Боль и дискомфорт после процедуры (операции) — обычное и ожидаемое явление. Боль или дискомфорт можно существенно уменьшить, чтобы ребенок чувствовал себя лучше и мог отдохнуть.

Обезболивающие лекарственные препараты и (или) методы успокоения помогут уменьшить боль вашего ребенка. Ваша медицинская команда (поставщики услуг и медсестры) сделает все возможное, чтобы ваш ребенок чувствовал себя лучше, но, скорее всего, он все равно будет испытывать некоторую боль и неприятные ощущения. Возможно, придется ограничить прием обезболивающих препаратов, чтобы снизить риск побочных эффектов.

Существует множество способов улучшить самочувствие вашего ребенка. В этой памятке содержится информация и советы, которые помогут справиться с болью и неприятными ощущениями.

Будьте активным участником нашего плана обезболивания:

- помогая нам оценивать уровень боли вашего ребенка и назначать соответствующее лечение;
- рассказывая нам о том, что успокаивает вашего ребенка.

## Боль

Боль — это неприятное ощущение или дискомфорт. Как сильно, как долго и какого типа боль или дискомфорт испытывает ребенок, зависит от его индивидуальных особенностей и от того, какая процедура была проведена.

В первые несколько дней боль часто более выраженная. Она может быть:

- слабой, умеренной или сильной;
- острой, тупой, жгучей, спазматической, пульсирующей, колющей, давящей, ломящей или вызванной вздутием;
- явно выраженной или почти незаметной в зависимости от уровня активности вашего ребенка, режима сна и питания;
- кратковременной, возникающей время от времени или длительной.

Боль от хирургического разреза (разреза при операции), как правило, постоянная. Приступы острой боли и спазмы возникают как бы ниоткуда, а затем снова исчезают. Другие общие боли, такие как боль в горле или головная боль, характерны для первых 24 часов.

## Оценка боли

Дети могут испытывать боль, но не проявлять это очевидным образом. Мы спросим ребенка о его самочувствии. Если ваш ребенок еще слишком мал или не может ответить, мы спросим вас, как вы думаете, как себя чувствует ваш ребенок. Ваша, как родителя, точка зрения на то, насколько комфортно вашему ребенку, очень важна.

Шкалы боли также помогают определить уровень и тип боли, которую испытывает ваш ребенок. Медицинская команда подберет и применит шкалу боли для вашего ребенка, основываясь на его возрасте и уровне развития.

Мы используем два типа шкал боли:

- наблюдение (мы следим за поведением ребенка);
- самостоятельная оценка (просим ребенка использовать изображения лиц или числовую шкалу для оценки боли).

---

## Боль после проведения процедуры (продолжение)

---

### Почему важно контролировать боль?

Боль может замедлить процесс выздоровления ребенка. Боль может повлиять на:

- способность ребенка кашлять или глубоко дышать;
- сон и энергичность;
- способность есть как обычно;
- настроение.

Эти изменения могут повысить риск возникновения у вашего ребенка других проблем.

Исследования показывают, что дети, у которых боль хорошо контролируется, быстрее идут на поправку и имеют меньше проблем и долгосрочных последствий операции.

### В ходе процедуры

Медицинская команда составит индивидуальный (оптимизированный для потребностей вашего ребенка) план анестезии, включающий обезболивающие препараты. План зависит от проводимой процедуры, медицинского и психологического состояния вашего ребенка. Медицинская команда объяснит, как действуют обезболивающие препараты и другие методы контроля боли.

Вашему ребенку могут быть назначены такие обезболивающие препараты, как:

- опиоидные (наркотические) препараты через капельницу или перорально (например, фентанил (fentanyl) или морфин (morphine));
- неопиоидные обезболивающие лекарства через капельницу или перорально;
- региональная или нервная блокада (местное обезболивание).

Обезболивающие препараты могут вызывать побочные эффекты. Медицинская команда постарается уменьшить побочные эффекты, насколько это возможно. Иногда побочных эффектов нельзя избежать.

Многие обезболивающие препараты могут снизить частоту и глубину дыхания ребенка. Возможно, медицинской команде вашего ребенка придется ограничить прием таких лекарств, чтобы снизить риск возникновения проблем с дыханием. Чтобы минимизировать побочные эффекты и избежать привыкания, принимайте лекарства только под наблюдением врача. Медицинская команда вашего ребенка обладает необходимыми навыками для безопасного применения обезболивающих препаратов.

### После процедуры

Ваш ребенок может испытывать боль, даже если во время процедуры ему давали обезболивающие препараты. Некоторым детям требуется дополнительное обезболивание в отделении postanестезиологической помощи (Post Anesthesia Care Unit) (послеоперационной палате). По мере того как действие обезболивающих препаратов будет проходить, вашему ребенку, возможно, потребуется продолжать использовать обезболивающие лекарства и методы успокоения в больнице и дома.

Поскольку все дети разные, тип обезболивающего препарата и продолжительность его приема могут отличаться. Узнайте у специалистов медицинской команды своего ребенка об индивидуальном плане обезболивания.

### В больнице и дома

Далее приведены советы, которые помогут вашему ребенку чувствовать себя более комфортно.

- Найдите расслабляющую позу. Попробуйте использовать одеяла или подушки, чтобы создать
-

комфортное пространство. Берите ребенка на руки или укачивайте его, если это разрешено его врачом.

- Отвлекайте ребенка разными занятиями. Помогите ребенку отвлечься от боли с помощью музыки или спокойных занятий.  
Например, предложите ребенку посмотреть видео или поиграть на портативном устройстве.
- Отвлекайте ребенка разговорами. Поговорите о вещах, не связанных с больницей (друзья, любимые фильмы, любимые игрушки или игры, домашние животные или школа).
- Используйте юмор. Это улучшит настроение ребенка и переключит его внимание.
- Расскажите ему о способах борьбы с неприятными симптомами: «Если ты сделаешь \_\_\_\_\_, тебе станет лучше».
- Предложите попробовать техники расслабления, например глубокое и ровное дыхание или медитацию.
- Используйте источник прохладного воздуха или низкотемпературный источник тепла. Спросите у поставщика услуг ребенка, можно ли использовать источник прохладного воздуха или низкотемпературный источник тепла.

Поставщик услуг может также порекомендовать обезболивающее лекарство для использования дома. Он может:

- посоветовать вам использовать безрецептурное обезболивающее / жаропонижающее средство;
- выслать рецепт на обезболивающее лекарство:
  - прежде чем выбрать аптеку для получения лекарства по рецепту, позвоните и уточните график работы аптеки;
  - сразу же получите лекарства по рецепту своего ребенка;
  - спросите у специалистов медицинской команды, когда вашему ребенку можно начать принимать это лекарство;
  - не давайте ребенку лекарство, если он слишком сонный;
  - не будите ребенка, чтобы дать ему это рецептурное лекарство.

Если вы даете лекарство дома, следуйте инструкциям на флаконе.

- Не давайте больше лекарства, чем указано в инструкции.
- Если вы не уверены, что даете нужное количество лекарства или что даете его правильным способом, позвоните поставщику услуг ребенка.

Обезболивающее лекарство может подействовать лучше, если дать его до того, как боль станет сильной. Боль вашего ребенка может усилиться, если вы пытаетесь переждать или не даете обезболивающее лекарство. Очень трудно уменьшить боль после того, как она стала умеренной или сильной.

Чтобы определить уровень боли, которую испытывает ваш ребенок, воспользуйтесь памяткой «Оценка послеоперационной боли родителями» (Parent's Postoperative Pain Measure, PPPM), которую вам могут выдать перед выпиской. По показателю боли вы сможете определить, когда ребенку может понадобиться обезболивающее лекарство.

Врач вашего ребенка может предложить виды деятельности, способствующие выздоровлению, или ограничить какие-то занятия. Во время приема обезболивающих препаратов, например опиоидов:

- помогайте ребенку, когда он ходит или ползает;
- помогайте ему при подъеме по лестнице и спуске с нее;
- не разрешайте ребенку водить машину или пользоваться тяжелой техникой.

# Боль после проведения процедуры (продолжение)



## Позвоните врачу, если ребенок:

- испытывает слишком сильную боль и не может отдыхать, спать или успокоиться;
- испытывает чрезмерную сонливость, и его трудно разбудить;
- говорит бессвязными фразами;
- испытывает побочные эффекты, такие как расстройство желудка, рвота, зуд, проблемы с мочеиспусканием или дефекацией.

## Опасения по поводу зависимости

У детей редко развивается зависимость от обезболивающих лекарств. Длительное применение опиоидных препаратов может вызвать привыкание. Если у вас есть опасения из-за того, что ребенок или кто-то из членов семьи страдает зависимостью, лучше обсудить это с поставщиком услуг.

## Аптека Детской больницы Цинциннати (Cincinnati Children's)

Рецептурные лекарства можно получить в наших амбулаторных аптеках в больничных комплексах Бернет (Burnet) и Либерти (Liberty). У каждой аптеки свой график работы. Наши аптеки:

- сотрудничают с большинством страховых планов;
- используют систему безналичных расчетов (принимают кредитные и дебетовые карты);
- продают некоторые безрецептурные препараты, такие как ацетаминофен/Тайленол (acetaminophen) (Tylenol®).

## Безопасное хранение и утилизация лекарств

### Хранение

- Храните опиоидные препараты в надежном месте.
- Храните лекарства в оригинальной упаковке.
- Следите за тем, сколько у вас лекарств (пересчитывайте количество).
- Всегда используйте крышку с функцией защиты от детей.
- Закрывайте крышку после каждого использования.
- Храните лекарства в недоступном для детей и животных месте.

### Утилизация

Утилизируйте неиспользованные опиоидные препараты сразу же. Не храните лекарство для будущего использования. Это позволит избежать возможного неправильного использования, злоупотребления или случайного приема.

- Посетите сайт [www.fda.gov/drugs](http://www.fda.gov/drugs) (на английском языке). По запросу «disposal» («утилизация») найдите страницу «Safe Disposal of Medicines» («безопасная утилизация лекарств»).
- Самый безопасный способ утилизировать лекарства (избавиться от них) — сдать их в специальный пункт приема лекарств. Позвоните в местную аптеку, чтобы узнать, действует ли у них программа приема лекарств.
- Если программа приема лекарств недоступна:
  - воспользуйтесь набором для утилизации опиоидов (спросите о нем в местной аптеке);
  - смойте неиспользованный опиоидный препарат в унитаз.