

Tratamiento del Dolor Agudo

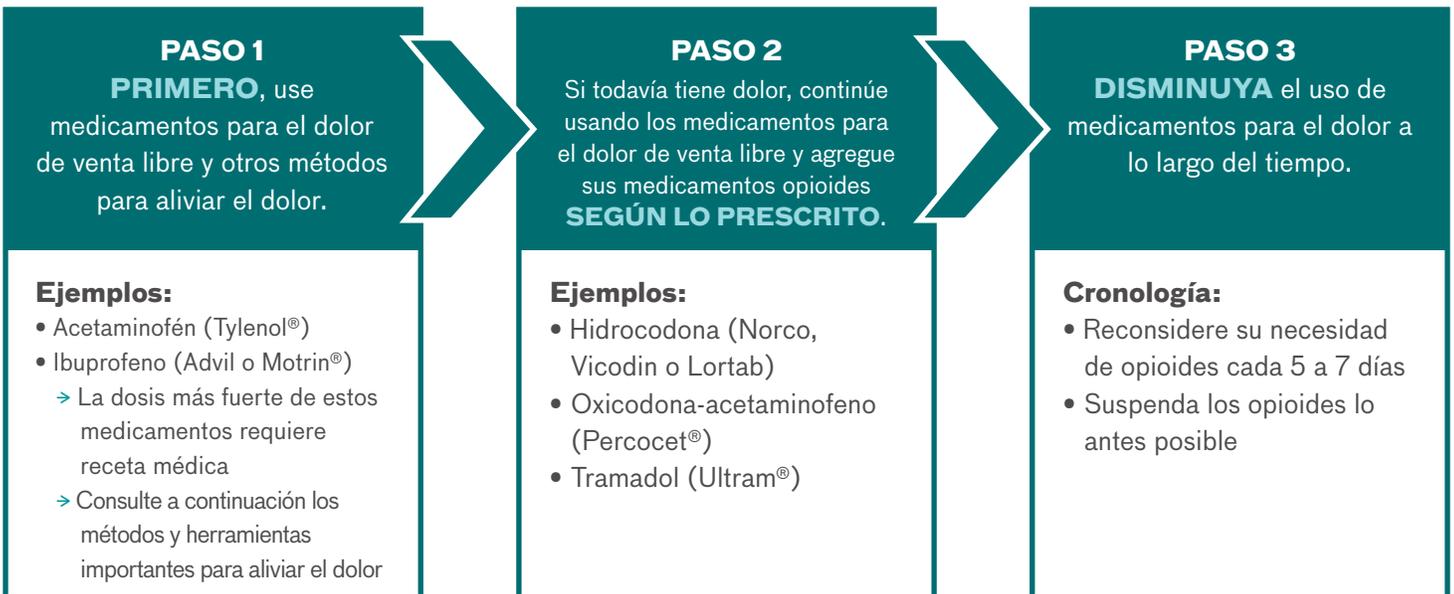
Aprenda a Controlar su Dolor Agudo

El dolor agudo por lo general:

- Comienza rápidamente
- Es causado por algo específico, como una cirugía o una lesión
- No dura más que unos cuantos meses



What's the Plan?



Tratamiento del Dolor

Existen muchas maneras de tratar el dolor sin el uso de opioides.

- Cuidado personal: **Cosas que puede hacer para reducir el dolor por sí mismo(a)**. Esto puede ser el movimiento corporal diario, alimentación saludable o hacer actividades que disfruta.
- Herramientas clave: **Hable con su equipo de atención médica sobre cómo esto podría ayudarle.**
 - Terapia de meditación o conciencia plena
 - Terapia con frío
 - Unidad de Estimulación Nerviosa Eléctrica Transcutánea (TENS, siglas en inglés): un dispositivo para tratar el dolor nervioso
 - Musicoterapia
 - Aromaterapia
 - Terapia con mascotas
- Medicamentos no opioides: **Hable con su equipo de atención médica sobre estas opciones.**



Tratamiento del Dolor Agudo

Cómo Le Ayuda un Plan para el Dolor

- Empezar a moverse, hacer ejercicio, hacer actividades e interactuar con las personas
- Mejorar la felicidad, la satisfacción y la calidad de vida en general
- Entender su dolor y crear el mejor plan para usted
- Abordar otros problemas médicos relacionados con el dolor



¿Por qué limitamos el uso de los opioides?

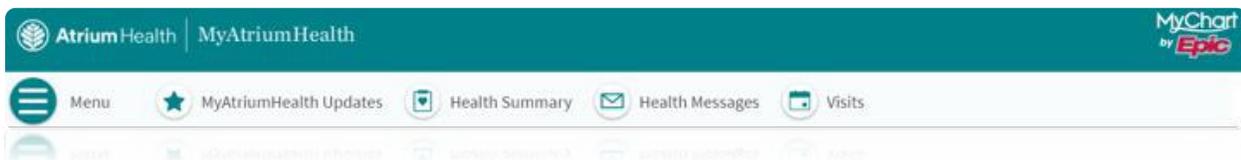
Los opioides pueden causar muchos efectos secundarios o problemas:

- Estreñimiento (no puede hacer popó)
- Depresión (sentirse deprimido[a] o triste durante períodos prolongados)
- Mayor sensibilidad al dolor
- Uso a largo plazo, abuso y sobredosis



¿Qué debo hacer si creo que mis medicamentos no están funcionando bien?

- Comuníquese con el médico que le recetó sus medicamentos para el dolor. Puede llamar o enviar un mensaje a través de su MyChart.
- Hable con su equipo de atención médica sobre las opciones que satisfagan sus necesidades específicas.



Trabajamos juntos para crear el mejor plan para el tratamiento del dolor para usted. Nuestra meta es suspender el uso de opioides en 7 días o menos. Por favor, trabaje con su equipo de atención para problemas continuos de dolor.

Aprobado por el Comité de Educación en Salud Médico Quirúrgica de Atrium Health, Enero 2022.