

Diario del dolore

Il Suo partner contro il dolore

Misurare e controllare il dolore – il primo passo nella terapia del dolore

Gentile paziente,

questo diario del dolore aiuterà Lei e il Suo medico a controllare il decorso dei dolori di cui soffre e a documentare i traguardi raggiunti con la terapia. Il diario Le consente di annotare informazioni importanti per Lei e il Suo medico, rapidamente e con facilità. Porti il diario compilato sempre con sé alle visite mediche e lo mostri al Suo medico curante. Il medico sarà così in grado di valutare meglio i dolori di cui soffre, per elaborare insieme a Lei una terapia personalizzata ed efficace.

Con i migliori auguri di pronta guarigione!

I Suoi dati personali

Cognome

Nome

Via

CAP

luogo

Tel.

In caso di emergenza, informare

Timbro del medico curante

Dati importanti – da compilarsi da parte del medico curante

► Medicamenti antidolorifici

Preparato	Posologia	mattino	mezzogiorno	sera	notte

► Osservazioni

▶ Altri medicinali

Preparato	Posologia	mattino	mezzogiorno	sera	notte

▶ Osservazioni

La terapia del dolore personalizzata – il Suo cammino individuale

Alleviare il dolore e tornare a essere attivo.

La moderna terapia del dolore ha l'obiettivo di controllare i dolori in misura tale da consentirLe di tornare a essere attivo e condurre una vita possibilmente normale sul lavoro, nelle attività quotidiane e nel tempo libero. Una terapia efficace deve alleviare i dolori e renderli sopportabili, migliorando così la Sua qualità di vita.

L'intensità del dolore non è sempre uguale. Per consentirLe di determinare con precisione il livello del dolore, troverà alle pagine seguenti una scala del dolore con le relative istruzioni per il Suo impiego.

Riportando regolarmente l'intensità del dolore in questo diario (si consiglia di farlo 3 volte al giorno), aiuterà il Suo medico curante a personalizzare la terapia in base alle Sue esigenze.



Avvertenza importante

Nella terapia del dolore si attenga scrupolosamente alle raccomandazioni del Suo medico curante. Non modifichi mai di Sua iniziativa la posologia prescritta e non cambi medicamento senza aver consultato il medico. In caso di effetti collaterali ne parli con il Suo medico e non interrompa la terapia senza averlo consultato. Non prenda altri medicinali senza averne discusso con il Suo medico.

La scala del dolore – Come misurare il dolore



- ▶ Sposti l'indicatore tra i due estremi «**nessun dolore**» e «**massimo dolore**» nella posizione corrispondente al livello di dolore di cui soffre attualmente. La barra arancione visibile nella finestra della scala indica il Suo dolore attuale.
- ▶ Una volta terminata l'impostazione, giri la scala del dolore e leggi il **valore indicato, compreso tra 0 e 10**. Ripeta l'operazione diverse volte al giorno e annoti i valori corrispondenti nel Suo diario del dolore. In questo modo verrà visualizzato il decorso del Suo dolore (vedere l'esempio).

Data		1° giorno				2° giorno				3° giorno				4° giorno					
		mattino	mezzogiorno	sera	notte	mattino	mezzogiorno	sera	notte	mattino	mezzogiorno	sera	notte	mattino	mezzogiorno	sera	notte		
Ora																			
Preparato	Posologia	Numero di unità assunte				Numero di unità assunte				Numero di unità assunte				Numero di unità assunte					
Intensità del dolore																			
	9-10																		
	8-9																		
	7-8																		
	6-7																		
	5-6																		
	4-5																		
	3-4																		
	2-3																		
	1-2																		
0-1																			
Condizioni generali di quel giorno		feci 	sonno 	benessere 	feci 	sonno 	benessere 	feci 	sonno 	benessere 	feci 	sonno 	benessere 						
Compromissione delle attività quotidiane a causa del dolore		nessuna 	moderata 	notevole 	nessuna 	moderata 	notevole 	nessuna 	moderata 	notevole 	nessuna 	moderata 	notevole 						
Osservazioni																			

Informazioni

Data		5° giorno				6° giorno				7° giorno			
		mattino	mezzogiorno	sera	notte	mattino	mezzogiorno	sera	notte	mattino	mezzogiorno	sera	notte
Ora													
Preparato	Posologia	Numero di unità assunte				Numero di unità assunte				Numero di unità assunte			
	Intensità del dolore												
	9-10												
	8-9												
	7-8												
	6-7												
	5-6												
	4-5												
	3-4												
	2-3												
	1-2												
	0-1												
Condizioni generali di quel giorno		feci	sonno	benessere	feci	sonno	benessere	feci	sonno	benessere	feci	sonno	benessere
Compromissione delle attività quotidiane a causa del dolore		nessuna	moderata	notevole	nessuna	moderata	notevole	nessuna	moderata	notevole	nessuna	moderata	notevole
Osservazioni													

Può trovare ulteriori informazioni sul sito www.mundipharma.ch.



Mundipharma Medical Company
 Succursale Basilea
 St. Alban-Rheinweg 74
 Casella postale
 CH - 4020 Basilea