

Smerter

Til patienter og pårørende

Smerter kan skyldes selve kræftsygdommen, behandlingen eller at du ikke får nok smertestillende medicin.

Oplevelsen af smerter er individuel, og det er kun dig, der kan mærke, hvordan smerten føles. Smerter er både fysiske og psykiske. Det betyder, at den fysiske del af smerten kan påvirkes af psyken og omvendt, at den fysiske del af smerten kan påvirke psyken.

Ofte vil smerterne ændre sig, de kan være forbigående eller vedvarende. Smerter kan opleves meget forskelligt, enten som en dunkende, jagende, stikkende eller brændende smerte. De kan være alt fra tålelige til uudholdelige.

Årsager til smerter

Selve kræftsygdommen:

Den hyppigste grund til smerter er selve kræftknuden. Den trykker måske på et organ, en knogle eller nerverne.

Kræftbehandlingen:

Både operation, strålebehandling og kemoterapi kan i nogle tilfælde give anledning til smerter.

Bivirkninger:

Bivirkninger opstået i forbindelse med selve sygdommen eller behandlingen, eksempelvis forstoppelse eller muskelspændinger, kan give smerter, og kan også forstærke de smerter du måske havde i forvejen.

Senfølger:

Der kan opstå smerter efter selve behandlingen er afsluttet, eksempelvis nervesmerter som følge af kemoterapi.

Anden lidelse:

Hvis du i forvejen har en kronisk smertelidelse, eksempelvis dårlig ryg, gigt, dårlig blodcirkulation eller sukkersyge, kan det påvirke og måske forstærke de smerter, du oplever i forbindelse med kræftsygdommen eller behandlingen.

For lidt smertestillende medicin:

Hvis du ikke får smertestillende medicin nok, kan det betyde, at du oplever flere smerter.

Forebyggelse og lindring

Vi vil gerne hjælpe dig til at blive så smertefri som muligt. Derfor er det vigtigt, at du fortæller os om dine smerter, og hvordan de påvirker dig og dit liv. Sammen med dig vil vi finde ud af, hvordan vi

Smerter

afhjælper dine smerter bedst. Ofte vil vi tilbyde smertestillende medicin.

Derudover er det en god ide at du:

- finder ud af, hvad der forværrer eller lindrer smerten, eksempelvis fysisk aktivitet eller bestemte måder at sidde og ligge på, bestemte bevægelser, varme/kulde/træk osv. prioriterer dine daglige gøremål i forhold til, hvornår på dagen du har smerter
- sørger for at få hvile og søvn
- sørger for at tage smertestillende medicin på det rette tidspunkt og i rette dosis
- fortæller dine omgivelser om dine smerter - på den måde er det lettere at tage hensyn

Kontakt afdelingen:

- hvis dine smerter tager til
- hvis dine smerter bliver uudholdelige
- hvis din smertebehandling er utilstrækkelig