

Η στρατηγική στην αντιμετώπιση του πόνου

«Η αντιμετώπιση του πόνου προϋποθέτει μια συνολική και ολοκληρωμένη προσέγγιση», επισημαίνει η αναπληρώτρια καθηγήτρια Αναισθησιολογίας, Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Αγωγής, Αθηνά Βαδαλούκα

Κανείς ασθενής δεν πρέπει να πονάει. Με αυτό το σκεπτικό η επιστημονική κοινότητα έχει ενώσει τις δυνάμεις της για την ανακούφιση του χρόνιου πόνου και ειδικά του πόνου των καρκινοπαθών. «Στο πλαίσιο αυτό ιδρύθηκε η Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Φροντίδας», εξηγεί η **Αθηνά Βαδαλούκα**, αναπληρώτρια καθηγήτρια Αναισθησιολογίας, Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Αγωγής, και επισημαίνει ότι η αποτελεσματική θεραπεία βασίζεται κυρίως στη γνώση της παθοφυσιολογίας του πόνου. Επίσης, μιλά για τα νέα όπλα που διαθέτει η επιστήμη ενάντια στον καρκινικό πόνο.

■ Μιλήστε μας για την ίδρυση της ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α., της Ελληνικής Εταιρείας Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Φροντίδας.

Η Ελληνική Εταιρεία Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Φροντίδας ιδρύθηκε τον Νοέμβριο του 1997 από μια ομάδα πρωτοπόρων αναισθησιολόγων με εξειδίκευση στη θεραπεία του πόνου και την παρηγορική φροντίδα. Σήμερα αριθμεί περισσότερα από 450 μέλη. Σε αυτά συμπεριλαμβάνονται γιατροί διαφόρων ειδικοτήτων, κυρίως όμως, εξειδικευμένοι στην αντιμετώπιση του χρόνιου πόνου νοσηλευτές, ψυχολόγοι, κοινωνικοί λειτουργοί, φυσιοθεραπευτές, εθελοντές. Η εταιρεία μας είναι μέλος της Ευρωπαϊκής Εταιρείας Παρηγορικής Αγωγής Φροντίδας (EAPC), ιδρυτικό μέλος της Ευρωπαϊκής Εταιρείας κατά του Πόνου και μέλος της ομάδας εργασίας Παρηγορικής Φροντίδας Κεντρικής και Ανατολικής Ευρώπης (ECEPT).

■ Ποιο είναι το έργο της;

Οι στόχοι και οι προσανατολισμοί της ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α. συνοψίζονται κυρίως στα παρακάτω 9 σημεία:

- Στην ανακούφιση του χρόνιου πόνου και του πόνου των καρκινοπαθών και των συνοδών βασανιστικών συμπτωμάτων με στόχο την ποιότητα ζωής και την αξιοπρεπή διαβίωση, στηρίζοντας συγχρόνως και τις ψυχολογικές, κοινωνικές και πνευματικές ανάγκες των ασθενών.
- Σε κατ'οίκον νοσηλεία με ιατρική και νοσηλευτική φροντίδα.
- Στην ψυχολογική υποστήριξη ασθενών τελικού σταδίου και των συγγενών και φροντιστών τους, τόσο στο νοσοκομείο όσο και στο σπίτι.

➤ Αποτελεί σημείο επιστημονικής αναφοράς με την προβολή κατευθυντήριων οδηγιών σχετικών με τη διάγνωση και την αντιμετώπιση του πόνου και των λοιπών συμπτωμάτων.

➤ Προάγει την εκπαίδευση και την εξειδίκευση επιστημόνων υγείας (γιατρών, νοσηλευτών κ.ά.), καθώς και την ενημέρωση ασθενών, φροντιστών και κοινού.

➤ Προβάλλει τις θέσεις της και προσφέρει σύγχρονη ενημέρωση μέσω του περιοδικού που εκδίδει, με τίτλο «Παρηγορική Φροντίδα».



Η ΑΘ. ΒΑΔΑΛΟΥΚΑ είναι πρόεδρος του Γνωμοδοτικού Συμβουλίου του Παγκόσμιου Ινστιτούτου Πόνου (WIP), πρόεδρος Επιτροπής Πόνου ΕΟΦ, αναπρόεδρος της Ευρωπαϊκής Εταιρείας κατά του Πόνου (EULAR), διευθύντρια του Κέντρου Πόνου του Ιατρικού Κέντρου Αθηνών και πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Θεραπείας Πόνου και Παρηγορικής Φροντίδας (ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α.)

- Προάγει κάθε μορφή εθελοντισμού.
 - Αγωνίζεται για τη θεσμοθέτηση των κέντρων πόνου και παρηγορικής αγωγής στα νοσοκομεία, για την εφαρμογή της υπουργικής απόφασης του 1992 για κατ'οίκον νοσηλεία στους οργανισμούς των νοσοκομείων, για τη δημιουργία νέων θέσεων εργασίας στα νοσοκομεία, για στελέχωση των κέντρων πόνου και παρηγορικής φροντίδας, για νοσοκομειακές κλίνες για αντιμετώπιση των ημερήσιων αναγκών των ασθενών τελικού σταδίου κ.ά.
 - Αγωνίζεται για την αλλαγή της αναχρονιστικής συνταγογράφησης ναρκωτικών και διάθεσης στο εμπόριο όλων των σύγχρονων σκευασμάτων οπιοειδών.
- **Ο καρκίνος και το σύμπτωμα του πόνου είναι σχεδόν συυφασμένα. Μπορεί να υπάρξει αποτελεσματική αντιμετώπιση του πόνου;**
Ο καρκίνος αποτελεί τη δεύτερη αιτία θανάτου μετά τα καρδιαγγειακά νοσή-

ματα. Ο πόνος αποτελεί το πρώτο σύμπτωμα σε ποσοστό 20%-50% των ασθενών αρχικού σταδίου, 50-70% των ασθενών υπό θεραπεία, ενώ το 60%-84% των ασθενών με προχωρημένη νόσο ή νόσο τελικού σταδίου υποφέρουν από σύνδρομο χρόνιου πόνου οφειλόμενα στη νόσο, την εξέλιξη της, τη θεραπεία ή ακόμη και την υποθεραπεία. Οι ασθενείς θα πρέπει να τυγχάνουν φροντίδας από ειδικό αλγολόγο, ψυχολόγο, κοινωνικό λειτουργό, φυσιοθεραπευτή, νοσηλεύτη, στην προσπάθεια της ολιστικής προσέγγισης, καθώς και από γιατρούς συναφών ειδικοτήτων. Η αποτελεσματική θεραπεία βασίζεται κυρίως στη γνώση της παθοφυσιολογίας του πόνου, την εκτίμηση της βαρύτητάς του, αλλά και σε πολύ καλή γνώση της φαρμακολογίας των αναλγητικών και στη γνώση όλων των τρόπων και μεθόδων αντιμετώπισης του καρκινικού πόνου.

Η αντιμετώπιση του πόνου προϋποθέτει μια συνολική και ολοκληρωμένη προσέγγιση, ώστε η στρατηγική διαχείρισης που θα ακολουθηθεί να έχει ως κύριο άξονα τη βελτιστοποίηση της αναλγησίας για τον χρόνιο σταθερό πόνο (around the clock treatment) και με επιπλέον αναλγησία όταν εμφανίζεται παροξυσμικός καρκινικός πόνος (ΠΚΠ) (rescue treatment).

■ Ποια είναι τα νεότερα δεδομένα στην αντιμετώπιση του καρκινικού πόνου;

Η αντιμετώπιση του καρκινικού πόνου γίνεται σύμφωνα με την αναλγητική κλίμακα του ΠΟΥ, στα αρχικά στάδια με μη οπιοειδή και συνοδευτικά αναλγητικά φάρμακα. Στη συνέχεια με ήπια ή ισχυρά οπιοειδή μακράς δράσης. Η επιλογή της κατηγορίας των οπιοειδών εξαρτάται από την ένταση του πόνου, σύμφωνα πάντα με τις οδηγίες που δίνονται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (ΠΟΥ). Τα σκευάσματα που επιλέγονται για την αντιμετώπιση του ΠΚΠ ανήκουν στα ισχυρά οπιοειδή. Το ιδανικό φαρμακοκινητικό και φαρμακοδυναμικό προφίλ του σκευάσματος που θα χρησιμοποιηθεί θα πρέπει να συμβαδίζει με το προφίλ του ΠΚΠ, δηλαδή ένα σκεύασμα με ταχεία έναρξη δράσης, δράση μικρής διάρκειας και εύκολο τρόπο χορήγησης. Τα διαθέσιμα σκευάσματα είναι τα παλαιάς τεχνολογίας σκευάσματα, όπως τύπου γλειφιτζούρι, και τα νεότερης γενιάς και ευκόλως χορηγούμενα, με κυριότερο εκπρόσωπο τα δισκία υπογλώσσιας χορήγησης, που θεωρούνται τα πλέον ταχείως απορροφώμενα και ευκολότερα χρησιμοποιούμενα από τους ασθενείς.

Το Δ.Σ. της ΠΑΡΗ.ΣΥ.Α. και τα μέλη της πάντα θα αγωνίζονται στο πλευρό του Έλληνα ασθενούς για διεκδίκηση των δικαιωμάτων του σε θεραπεία του πόνου με τα κατάλληλα σκευάσματα και τις απαιτούμενες παρεμβατικές τεχνικές, αλλά συγχρόνως εκπαιδύοντας τους γιατρούς και τους επαγγελματίες υγείας για τη σωστή περιθάλψη και την κατ'οίκον νοσηλεία.