

MAGYAR GERONTOLÓGIA

16. ÉVFOLYAM KONFERENCIA KÜLÖNSZÁM

2024. 16. évf. Konferencia Különszám

On-line verzió: ISSN 2062-3690

[www.https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia](https://ojs.lib.unideb.hu/gerontologia)

A krónikus fájdalom csillapításának nehézségei geriátriai betegek körében

**Markovics Dorina^{1,2}, Virág Andrea, Lajkó Patrícia, Lőrincziné Szuhai
Krisztina, Szabó Luca**

¹Okleveles ápoló, Semmelweis Egyetem, Geriátriai Klinika és Ápolástudományi Központ

²Doktorandusz, Semmelweis Egyetem, Egészségtudományi Kar, Doktori Iskola

Kulcsszavak: időskori krónikus fájdalom, terápia, geriátria

A növekvő létszámú idős populációt jelentős mértékben érintő probléma a krónikus fájdalom.

Számos, krónikus fájdalommal járó megbetegedés előfordulása lényegesen gyakoribb az idősök körében. A krónikus fájdalommal nehéz együtt élni. Jelentősen rontja az életminőséget és az egészséget. Nemcsak magának a fájdalomnak az elviselése nehéz, de az általa előidézett mozgáskorlátozottság, alvászavar, depresszió és szorongás is nehezíti az életet, csökkenti az önállóságot.

Előadásunknak célja, hogy bemutassa az időskori krónikus fájdalom jelentőségét, annak egészségügyi és életminőségre gyakorolt hatásait, valamint szeretnénk áttekintést nyújtani a kezelési lehetőségekről, hangsúlyozva a multimodális megközelítést.

A krónikus fájdalom kezelése összetett feladat. Tekintettel kell lennünk a társbetegségekre. Különösen fontos a komplex terápia alkalmazása, amely multidiszciplináris megközelítést igényel.

A gyógyszeres terápia során fontos figyelni a lehetséges gyógyszerinterakciók, illetve a mellékhatások által okozott szövődmények elkerülésére. A kialakult depresszió és alvászavar is igényelhet gyógyszeres kezelést. A fájdalomcsillapítók megválasztásánál azok hierarchiáját vesszük figyelembe, fokozatosan emelve a dózist és lépve az egyre erősebb hatású gyógyszer felé. Kihasználjuk a kombinációk okozta előnyöket. Ugyanakkor szem előtt kell tartani, hogy a megfelelő hatás elérése a cél. Sokszor izomlazítókat hívunk segítségül, vagy éppen a perifériás idegrendszerre ható készítményt alkalmazunk.

A nem gyógyszeres terápia szintén integráns része a terápiának. Különösen fontos lehet ez olyankor, amikor a gyógyszerek mellékhatásai jelentős kockázatot jelenthetnek. A személyre szabott gyógytorna, masszázs, akupunktúra mellett a kognitív viselkedésterápiákat és különféle relaxációs módszereket is eredményesen alkalmazhatunk a krónikus fájdalomcsillapításban. A zeneterápia és a támogató csoportok által nyújtott érzelmi támogatás szintén segítséget nyújthat a fájdalommal való megküzdésben.

A lényeg, hogy mindig egyénre szabott, komplex kezelési tervet kell kialakítani, amelyek segítenek a beteg nagyobb önállóságának elérésében, a szorongásának, depressziójának csökkenésében, általánosságban véve jobb egészségi állapot és életminőség kialakításában.