



Beter voor elkaar

تم في قسم التمريض في مستشفى إيكازيا تسجيل قياسات الألم. نود عبر هذا المنشور منحك بعض التوضيح حول ذلك.

عام

يتم في قسم التمريض قياس الألم وتسجيله للمرضى. يتم عمل ذلك لغرض الحصول على رؤية أفضل حول مدى شعور المرضى بالألم. كما يمكن أن يساعد ذلك في التنسيق بأفضل شكل بحسب شكاوى ألم المرضى. يعني ذلك أنه سيتم سؤال المرضى في أقسام التمريض لثلاث مرات في اليوم أن يمنحوا درجة لمدى الألم الذي يحسون به.

إن المحرار هو جهاز موثوق به لإثبات أن لديك حمى. لا يوجد جهاز مثل ذلك لقياس الألم. أنت الوحيد الذي يمكنه القول إن كنت تشعر بألم وكم شدة ذلك الألم. يجد الكثير من المرضى صعوبة في شرح كمية الألم الموجود لديهم للآخرين. وذلك مفهوم جدا، حيث لا يحس الآخر بألمك. يمكن أن يساعد منح درجة لذلك. تقرأ في هذا المنشور كيف تمنح درجة للألم.

درجة الألم

تسأل الممرضة لثلاث مرات في اليوم إن كنت تريد (ربما) منح درجة للألم ما بين 0 و 10. يعني 0 عدم وجود ألم و 10 أشد ألم يمكنك تصوره. يمكن أن تكون الدرجة التي تمنحها مختلفة جدا عن درجة المرضى الآخرين. يمكن منح درجات ألم مختلفة ما بين الرقم 0 و 10. إذا كنت تعتقد مثلا أن ألمك هو 5، تمنحه 5، حتى وإن كنت تعتقد أن شخصا آخر يمكن أن يمنحه 3 أو 7. لا يمكنك أبدا منح درجة خاطئة. حيث أن الأمر يتعلق بالألم الذي تحس به، والألم هو شعور شخصي.

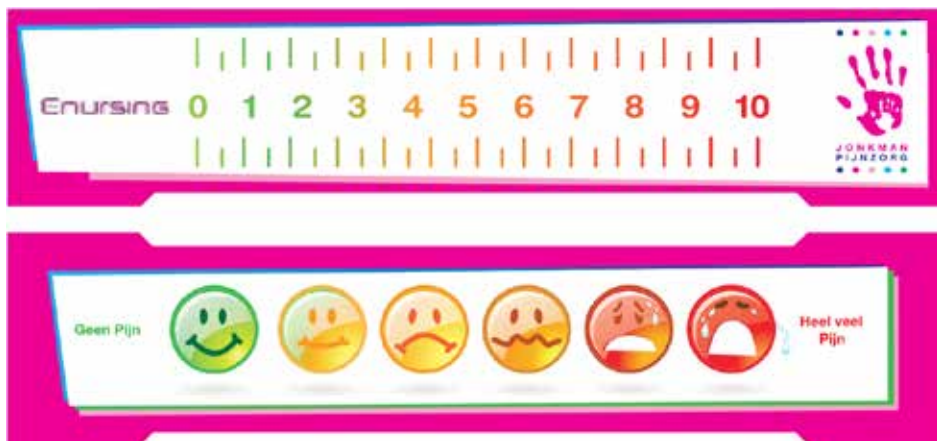
منح درجة الألم

يمكن أثناء منح درجة الألم أن يساعد التفكير بالألم الذي عانيت منه سابقا. يمكنك مقارنة هذا "الألم القديم" بألم الحالي. يقدم لك الكشف أدناه وسيلة مساعدة لمنح درجة لألمك.

- إذا لم تشعر بألم، تمنح عندئذ
- إذا كان لديك ألم قليل، تمنح درجة إلى
- إذا كان لديك ألم كثير، تمنح درجة إلى
- إذا كان لديك ألم شديد، تمنح درجة إلى

يسري لغرض شفاء جيد الاستمرار بالتنفس والسعال والحركة ممكن أثناء إحساسك بالألم. أي أن الألم لا يمكن أن يشكل عائقا بالنسبة للاستمرار بالتنفس والسعال والحركة!

ذا اتضح أن منح الألم درجة صعب، يمكن للممرضة استخدام وسيلة مساعدة، مقياس ألم. ترى هنا مثلا لمقياس الألم:



تباين الألم

عندما يكون لديك ألم في عدة مناطق، من الأفضل أن تنطلق من الألم الأشد لديك. لا يحس بعض الأشخاص بألم في أوقات محددة، مثلا أثناء الحركة. يمكنك في هذه الحالة إخبار الممرضة بذلك ومنح درجة للحظة الألم تلك.

علاج الألم

يتم وضع خطة ألم عند الضرورة بناء على درجة الألم.

ربما ليس من الممكن إزالة الألم تماما.

لكننا نتمنى أن نتمكن معك في خفض الألم إلى مستوى مقبول. تشعر عندئذ أنك أفضل ويخدم ذلك إجراء شفائك.

الأسئلة

كلما انتظرت أكثر في الإبلاغ عن الألم، كلما كانت مكافحة الألم أصعب. يمكنك دائما مناقشة ألمك مع الطبيب أو الممرضة ولا يجب عليك الانتظار حتى تسأل الممرضة عن درجة ألمك. كذلك إن منحت مسكنا للألم ولكنك تجد أنه غير كاف، يمكنك قول ذلك للممرضة أو الطبيب.

هل لديك أسئلة حول منح درجة الألم، اطرحها بدون تردد على الممرضة أو الطبيب

www.ikazia.nl



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.