

6Turinys

<i>Pratarmė</i>	7
<i>Ižanga</i>	9
<i>Padėka</i>	11
1 dalis. Skausmo pagrindai	
1 Kas yra skausmas ir kaip jį įvertinti?	13
2 Nociceptinis apdorojimas: kaip atsiranda skausmas?	16
3 Kokios yra pagrindinės skausmo rūšys?	19
4 Kaip paplitęs skausmas ir kokios yra 5 dažniausios jo formos?.....	22
5 Skausmas ir etiška praktika: kaip spręsti dilemas skausmo priežiūros srityje?	25
6 Pažangūs įgūdžiai klinikinėje praktikoje: dideli iššūkiai	29
7 Kognityviniai veiksniai, darantys įtaką skausmui	32
2 dalis. Klinikiniai skausmo (gūdžiai	
S Požiūris į skausmą patiriantį pacientą: konceptualūs priežiūros modeliai ir susijusi terminologija.....	35
I Į skausmą orientuota klinikinė anamnezė: gerai parengtas pasakojimas apie ligą turi įtakos skausmo pasekmėms	38
Bendravimo kliūčių turinčių asmenų skausmo vertinimas	41
1 Ištirimo įgūdžiai (1 dalis): bendravimas, stebėjimas ir afektas	44
1 Ištirimo įgūdžiai (2 dalis): apžiūros ir rankiniai įgūdžiai	47
Žinių, įgūdžių ir atjautos praktikos integravimas	50
14 Motyvacinis interviu ir bendras sprendimų priėmimas: psichologiniai įgūdžiai pirminėje skausmo priežiūroje.....	53
15 Bendravimas ir tarpprofesinės komandos, prižiūrinčios skausmą patiriančius pacientus ..	56
16 Gydyto planavimas: koordinuota, visapusiška priežiūra	59
3 dalis. Skausmo farmakologija	
17 Pagrindiniai farmakologinio gydymo aspektai - vaistų ir ligos mechanizmų pusiausvyra.....	62
18 Be recepto parduodami analgetikai: nesteroidiniai vaistai nuo uždegimo (NVNU) ir paracetamolis	65
19 Neuromodulatoriai: skausmą malšinantys antidepresantai ir antikonvulsantai.....	68
20 Opioidai - pagrindai ir naudojimas perioperacinio skausmo priežiūroje	71
21 Opioidai - detalės: ekvianalgezija ir saugus vartojimas	74
22 Opioidai - pažangioji praktika -alternatyvūs skyrimo būdai: IV, PKA, epidurinis	77
23 Pagrindinės skausmo gydymo priemonės pirminėje praktikoje: vietinis, jonoforetinis, akupunktūrinis gydymas ir paprastos injekcijos	80
4 dalis. Nefarmakologinis gydymas	
24 Intervencinis skausmo gydymas ir chirurgija.....	83
25 Aktyvinančios terapijos: kineziterapija, mankšta, hidroterapija, joga ir čigongas, miego higiena .	86
26 Protu pagrįstos terapijos: KET, PĪT, permąstymas	89

27	Manualinė terapija: masažas, triggeriniai taškai, akupresūra, chiropraktika, tempimas, inversija.....	92
28	Terapijos, kurios naudoja nusileidžiančius skausmo kelius: meditacija, pašaukimas, žaidimai, muzika ir kt	95
5 dalis. Pagrindines skausmo formas		
29	Ūminis ir lėtinis skausmas: pagrindai.....	98
30	Chirurginis ir procedūrinis skausmas.....	101
31	Raumenų ir skeleto skausmas	104
32	Burnos ir veido srities skausmas	107
33	Kaklo ir kaklinės bei krūtininės stuburo dalių skausmas	110
34	Rankų ir plaštakų skausmas.....	113
35	Apatinės nugaros dalies skausmas: pagrindinė diagnostika ir gydymo planavimas.....	116
36	Neatidėliotini nugaros skausmai.....	119
37	Plintantis kojų, sėdmenų ir kirkšnių skausmas.....	122
38	Kelio skausmas.....	125
39	Pėdų ir kulkšnių skausmas.....	128
40	Su galvos skausmu susijusios skubios būklės	131
41	Galvos skausmas: pagrindinė diagnostika ir gydymas.....	134
42	Galvos skausmas - lėtinis skausmas ir staigus paūmėjimas	137
43	Visceralinis skausmas.....	140
44	Dubens skausmas	143
45	Išskirtinės stipraus lėtinio skausmo priežastys: LRSS, fibromialgija, eritromelalgija ir smulkiųjų skaidulų periferinė neuropatija	146

6 dalis. Specialios pacientų grupės ir kliniškas kontekstas

46	Piktnaudžiaujančių priklausomybę sukeliančiomis medžiagomis asmenų skausmo valdymas.....	149
47	Skausmas gyvenimo pabaigoje, opioidų rotacija.....	152
48	Opioidai lėtiniam skausmui malšinti: jatrogeninių opioidų vartojimo sutrikimų prevencija	155
49	Opioidų vartojimo mažinimas skausmą kenčiantiems pacientams.....	158
50	Kūdikių, vaikų ir paauglių skausmas	161
51	Vyresnio amžiaus žmonių skausmas	164
52	Farmakoterapijos pritaikymas senėjimo, inkstų, kepenų ir kitų medžiagų apykaitos sutrikimų atvejais.....	167
53	Skausmas nėštumo ir pogimdyminio laikotarpio metu	170
<i>Literatūra</i>		173
<i>I priedas: pavyzdinis ištyrimo lapas</i>		174
<i>II priedas: skausmo dienoraščio pavyzdys.....</i>		176
<i>III priedas: žodynelis.....</i>		177
<i>IV priedas: kasdienio tempimo vadovas - labai svarbus skausmo prevencijai</i>		179
<i>V priedas: paciento galimybės - jūsup galia įveikti skausmą</i>		180
<i>Klausimai su keliais atsakymų variantais.....</i>		182
<i>Atsakymai</i>		203