

Боль

About Your Pain

Pain is the body's way of sending a message to your brain that help is needed. Tell your doctor or nurse about your pain, so they can help you feel better.

Боль — это сигнал организма о том, что ему необходима помощь. Расскажите врачу или медсестре о своей боли, чтобы они могли помочь вам.

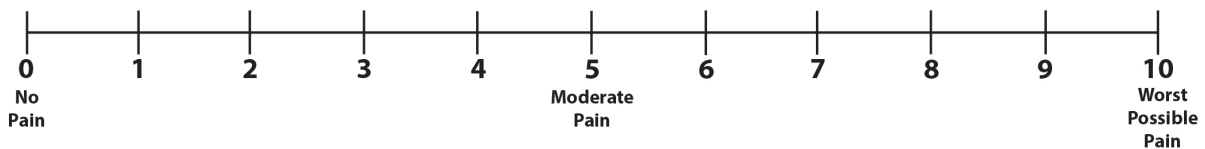
You may be asked to describe your pain:

- Where is your pain? Point to the place on your body where it hurts.
- Does the pain spread to other parts of your body?
- When did the pain start?
- How much does it hurt? Point to a number or face that shows us how much pain you are having.

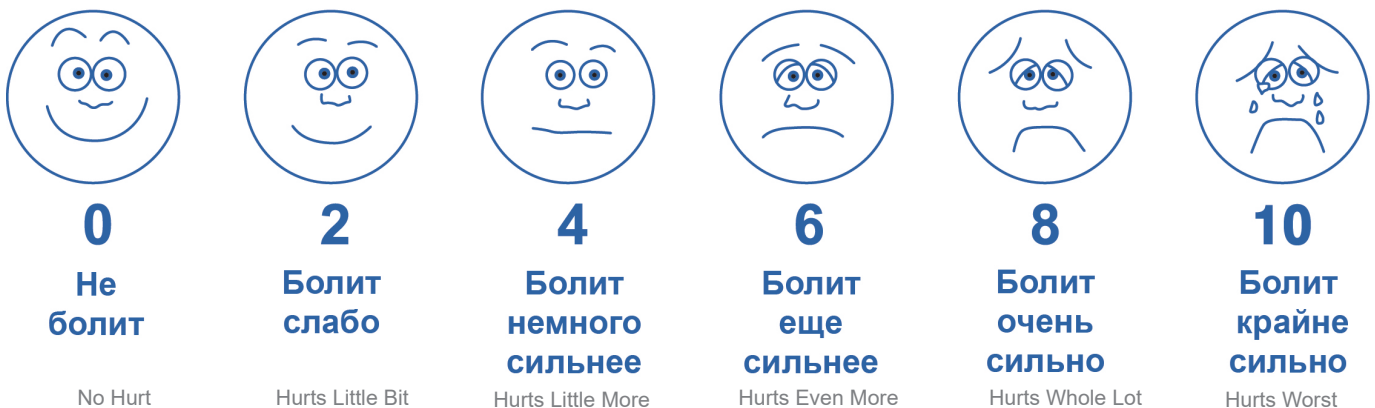
Вас могут попросить описать боль:

- Что у вас болит? Укажите на то место, где болит.
- Распространяется ли боль на другие части тела?
- Когда вы впервые почувствовали боль?
- Насколько сильна боль? Выберите соответствующее боли число или картинку.

Numeric Rating Scale



Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale



- What does it feel like? Does it burn, tingle or ache? Is it dull or sharp? Is it constant or does it come and go?
- Is it worse at any time of the day? Morning? Evening?
- What makes the pain feel better?
- What makes the pain feel worse?
- What have you done to try to relieve the pain?
- Does the medicine make it feel better?
- Does it hurt more when you are active or lying still?
- Does the pain affect other parts of your life?
- Does it make it hard to sleep, eat, or care for yourself or others?
- Does it cause you to be upset, cry or to be irritable?
- Что вы ощущаете? Жжение, покалывание или ломоту? Боль тупая или острая? Постоянная или приступообразная?
- Усиливается ли боль в какое-либо время суток? Утром? Вечером?
- Что помогает уменьшить боль?
- Что усиливает боль?
- Что вы делали, чтобы унять боль?
- Помогают ли лекарства унять боль?
- Когда боль сильнее: когда вы активны или когда спокойно лежите?
- Влияет ли боль на другие аспекты жизни?
- Мешает ли боль спать, есть, заботиться о себе или о других?
- Вы расстраиваетесь, плачете или испытываете раздражение из-за боли?

Talk to your doctor or nurse about your pain. Share your concerns and ask questions.

Проконсультируйтесь со своим врачом или медсестрой по поводу боли. Расскажите о том, что вас беспокоит, и задайте вопросы.