

Doulè kansè: Kòz ak fason pou jere l

Genyen kansè pa vle di w ap gen doulè, men si w gen doulè, souvan yo ka jere l ak medikaman ak lòt metòd san medikaman. Doulè ka soti nan kansè a menm oswa nan tretman an. Doktè ou konstwi yon plan jesyon doulè fèt pou ou. Dekri doulè ou klèman epi rapòte si plan an ap mache se kle pou soulaje doulè.

Vèsyon senp lan

Genyen kansè pa vle di w ap gen doulè. Men si w gen doulè, souvan yo ka jere l ak medikaman kont doulè ak lòt metòd san medikaman. Doulè ka soti nan kansè a menm oswa nan tretman kansè a.

Jesyon doulè se yon pati enpòtan nan plan tretman kansè ou. Trete doulè byen ka amelyore imè w, ede w dòmi pi byen, epi ba w plis enèji. Eseye jis "sipòte" doulè a ka fè l pi difisil pou kontwole pita, se poutèt sa ou pa dwe rete san w pale.

Kalite ak kòz doulè

Moun ki gen kansè ka gen plizyè kalite doulè:

- **Doulè egi** ka santi tankou yon pikan, li vin rapid, epi li dire yon ti tan sèlman.
- **Doulè k ap pete sibatman (breakthrough pain)** parèt sanzatann menm lè w ap pran medikaman pou doulè kwonik, epi li souvan dire yon ti tan.
- **Doulè kwonik** (yo rele l tou doulè pèsistan) souvan dire plis pase twa mwa. Li ka lejè oswa fò, epi li ka vini ak ale oswa rete konstan.

Doulè ka soti nan timè a menm — pa egzanp, si yon timè peze sou yon nè oswa lòt pati nan kò a. Kèk tretman oswa tès, tankou operasyon, lakòz doulè. Doulè ka yon efè segondè tretman tou, tankou blesi nan bouch, pwoblèm nè, oswa reyaksyon po.

Konstwi yon plan jesyon doulè

Doktè ou ap konstwi yon plan pou jere doulè a baze sou fason ou dekri l, sentòm ou, yon egzamen fizik, epi pafwa tès imajri. Gen kèk lopital ki gen espesyalis doulè ki travay ansanm, ki ka gen ladan yon espesyalis swen paliyatif, yon enfimye, yon famasyon, ak lòt moun.

Dekri doulè a klèman ede ekip ou trete l. Bay plis detay ou kapab. Ekip ou ka mande kote doulè a ye, ki jan l santi (pikan, boule, tire, oswa bat), si l konstan oswa l vini ak ale, kilè li kòmanse epi konbyen tan li dire, ak konbyen l fò sou yon echèl 1 pou 10. Li bon tou pou note sa ki fè l pi bon

oswa pi mal epi si li afekte manje, dòmi, oswa aktivite chak jou. Gen moun ki swiv sa nan yon kaye oswa yon app nan telefòn.

Kontakte doktè oswa enfimye ou si ou santi yon nouvo doulè, si medikaman pa soulaje doulè a, oswa si ou gen efè segondè ak medikaman an.

Sèvi ak medikaman kont doulè

Yo itilize plizyè kalite medikaman kont doulè (yo rele yo tou analjezik) pou jere doulè:

- **Medikaman san preskripsyon** tankou aspirin, asetaminofèn, ibuprofèn, oswa naproksèn.
- **Medikaman preskripsyon** tankou antidepresè, antikonvilsivan, relaksan miskilè, oswa esteroyid.
- **Opyoyid (opioid)** (yo rele yo tou medikaman narkotik) pou doulè kansè ki modere jiska fò.

Pran kantite yo preskri a nan lè yo di w la. **Pa tann jiskaske doulè a vin fò** — tann ka fè l pran plis tan pou soulaje. Di doktè ou si medikaman an pa mache, epi pa janm sispann pran medikaman an san w pa pale ak doktè ou anvan, paske sispann sibitman ka lakòz sentòm sevraj.

Efè segondè komen medikaman kont doulè yo enkli konstipasyon, dòmi twòp, ak lanozye oswa vomisman. Gen kèk ki disparèt kòm kò a abitye.

Tolerans, depandans, ak adiksyon

Se nòmal pou enkyete sou posiblite pou vin depandan a medikaman kont doulè yo. Li ede pou konprann twa bagay diferan:

- **Tolerans medikaman** rive lè kò w abitye ak yon medikaman epi li vin travay mwens byen; doktè ou ka ajiste dòz la oswa chanje medikaman an.
- **Depandans fizik** vle di kò a abitye ak yon sèten nivo medikaman epi li gen sentòm si yo sispann li sibitman. Sa ka rive menm lè yo pran medikaman an jan yo dwe pran l.
- **Adiksyon** enplike chèche medikaman an yon fason konpilsif epi enkapab sispann malgre konsekans negatif.

Bezwen yon dòz pi wo, oswa gen sentòm lè dòz la desann, se pa menm bagay ak adiksyon.

Doktè ou preskri epi siveye medikaman ou avèk anpil atansyon. Pifò moun ki gen kansè ki sèvi ak medikaman kont doulè fò yo sèvi ak yo an sekirite epi efikasman.

Metòd san medikaman

Anplis medikaman, ekip ou ka pafwa sijere metòd konplemantè ak entegratif, pafwa yo rele yo soulajman doulè natirèl:

- **Akipenkti (Acupuncture)** — mete zegwi trè fen nan pwen espesifik sou kò a.
- **Byofidbak (Biofeedback)** — aprann kontwole fonksyon tankou batman kè ak tansyon miskilè.

- **Distraksyon** — mete atansyon w sou yon lòt bagay pase doulè a, tankou koute mizik oswa gade yon fim.
- **Imajri gide (guided imagery)** — konsantre sou sèn oswa eksperyans pozitif.
- **Ipnoz (Hypnosis)** — yon eta relaksasyon fon, tankou yon eta trans.
- **Meditasyon** — relakse lespri ak kò a pou amelyore byennèt jeneral.

Mande ekip medikal ou ki opsyon nan sa yo ki ka pi bon pou ou.

Sa a se enfòmasyon edikatif sèlman, li pa ka ranplase yon konsèy medikal. Toujou pale ak ekip medikal ou sou sitiyasyon spesifik ou.

Baze sou yon sous ki serye

Sa a se yon tradiksyon an lang senp pou yon kontni edikatif ki baze sou Enstiti Nasyonal Kansè Ozetazini. Tanpri li sous orijinal la pou enfòmasyon konplè epi ajou. Se sèlman pou edikasyon — se pa konsèy medikal. Toujou pale ak pwòp ekip swen sante ou.

Enstiti Nasyonal Kansè Ozetazini: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain

Mizajou: 2026-08-04

Ou gen dwa jwenn yon entèprèt gratis. Nan Etazini, lopital ak klinik ki resevwa lajan federal dwe ba ou yon entèprèt kalifye san ou pa peye anyen. Ou ka mande youn nan resepsyon an, oswa anvan randevou ou. Ou pa oblije mennen yon manm fanmi oswa yon timoun pou tradui pou ou.

Sou entènèt: cancerexplained.org/languages/ht/cancer-pain

Tradui soti nan atik an anglè ki sou cancerexplained.org. Se vèsyon anglè a ki verifye ak sous la.

Educational information only, not medical advice. An AI-assisted editorial system helped prepare this page. No named medical reviewer has reviewed it unless one is listed.

Ou ka enprime, kopye epi pataje l gratis san chanje anyen. Ou pa bezwen pèmisyon. Tanpri pa chanje kontni medikal la.
Sous: cancerexplained.org. Enfòmasyon edikatif, se pa konsèy medikal.