

క్యాన్సర్ నొప్పి: కారణాలు మరియు దానిని ఎలా నియంత్రిస్తారు

మీకు క్యాన్సర్ ఉందంటే మీకు నొప్పి తప్పక ఉంటుందని అర్థం కాదు, కానీ ఉంటే, దానిని సాధారణంగా మందులు మరియు మందులు లేని విధానాలతో నియంత్రించవచ్చు. నొప్పి క్యాన్సర్ నుండి లేదా చికిత్స నుండి రావచ్చు. మీ డాక్టర్ మీకు ప్రత్యేకమైన నొప్పి నియంత్రణ ప్రణాళికను రూపొందిస్తారు. మీ నొప్పిని స్పష్టంగా వివరించడం మరియు ప్రణాళిక ఎలా పనిచేస్తుందో తెలియజేయడం ఉపశమనానికి కీలకం.

ముందుగానే చెప్పండి

మీకు కొత్త నొప్పి అనిపిస్తే, నొప్పి మందులతో తగ్గకపోతే, లేదా మందు వల్ల దుష్ప్రభావాలు ఉంటే మీ డాక్టర్ లేదా నర్సును సంప్రదించండి.

నొప్పిని నియంత్రించడం మీ క్యాన్సర్ చికిత్స ప్రణాళికలో ముఖ్యమైన భాగం. నొప్పిని సమర్థవంతంగా చికిత్స చేయడం మీ మనోభావాన్ని మెరుగుపరచగలదు, మంచి నిద్రకు సహాయపడగలదు, మరియు మీకు శక్తినివ్వగలదు. నొప్పిని కేవలం "భరించడానికి" ప్రయత్నించడం దానిని తర్వాత నియంత్రించడం కష్టతరం చేయవచ్చు. ముందుగానే చెప్పడం సహాయపడుతుంది.

సరళమైన వివరణ

మీకు క్యాన్సర్ ఉందంటే మీకు నొప్పి తప్పక ఉంటుందని అర్థం కాదు. కానీ ఉంటే, నొప్పిని సాధారణంగా నొప్పి మందులు మరియు మందులు లేని విధానాలతో నియంత్రించవచ్చు. నొప్పి క్యాన్సర్ నుండి లేదా క్యాన్సర్ చికిత్స నుండి రావచ్చు.

నొప్పి రకాలు మరియు కారణాలు

క్యాన్సర్ ఉన్నవారికి వివిధ రకాల నొప్పులు ఉండవచ్చు.

- **తీవ్రమైన నొప్పి (Acute pain)** పదునుగా అనిపించవచ్చు, త్వరగా వస్తుంది, మరియు కొద్దిసేపు మాత్రమే ఉంటుంది.
- **బ్రేక్ థ్రూ నొప్పి (Breakthrough pain)** మీరు దీర్ఘకాలిక నొప్పి కోసం మందు తీసుకుంటున్నప్పుడు కూడా అకస్మాత్తుగా వస్తుంది, మరియు సాధారణంగా కొద్దిసేపు మాత్రమే ఉంటుంది.
- **దీర్ఘకాలిక నొప్పి (Chronic pain)**, దీనిని నిరంతర నొప్పి అని కూడా అంటారు, సాధారణంగా మూడు నెలల కంటే ఎక్కువ ఉంటుంది. ఇది తేలికగా లేదా తీవ్రంగా ఉండవచ్చు, మరియు వస్తూపోతూ ఉండవచ్చు లేదా నిరంతరం ఉండవచ్చు.

నొప్పి క్యాన్సర్ నుండి రావచ్చు. ఉదాహరణకు, కణితి నరాలపై లేదా శరీరంలోని ఇతర భాగాలపై ఒత్తిడి తేవచ్చు. శస్త్రచికిత్స వంటి కొన్ని చికిత్సలు లేదా పరీక్షలు నొప్పిని కలిగిస్తాయి. నోటి పుండ్లు, నరాల సమస్యలు, లేదా చర్మ ప్రతిచర్యల వంటి చికిత్స దుష్ప్రభావంగా కూడా నొప్పి ఉండవచ్చు.

నొప్పి నియంత్రణ ప్రణాళికను రూపొందించడం

మీ నొప్పి వివరణ, మీ లక్షణాలు, శారీరక పరీక్ష, మరియు కొన్నిసార్లు ఇమేజింగ్ పరీక్షల ఆధారంగా మీ డాక్టర్ మీ నొప్పిని నియంత్రించడానికి ఒక ప్రణాళికను రూపొందిస్తారు. కొన్ని ఆసుపత్రులలో నొప్పి నిపుణులు బృందంగా పనిచేస్తారు. ఇందులో ఉపశమన సంరక్షణ నిపుణుడు, నర్సు, ఫార్మసిస్ట్, మరియు ఇతరులు ఉండవచ్చు.

మీ నొప్పిని స్పష్టంగా వివరించడం మీ బృందం దానిని చికిత్స చేయడంలో సహాయపడుతుంది. మీకు వీలైనంత నిర్దిష్టంగా చెప్పండి. మీ బృందం నొప్పి ఎక్కడ ఉంది, ఎలా అనిపిస్తుంది (పదునుగా, మంటగా, పోటుగా, లేదా కొట్టుకుంటున్నట్లు), అది నిరంతరంగా ఉందా లేదా వస్తూపోతూ ఉందా, అది ఎప్పుడు మొదలవుతుంది మరియు ఎంతసేపు ఉంటుంది, మరియు 1 నుండి 10 స్కేల్‌లో ఎంత తీవ్రంగా ఉంది అని అడగవచ్చు. దానిని మెరుగుపరిచేది లేదా మరింత దిగజార్చేది ఏమిటో, మరియు అది తినడం, నిద్రపోవడం, లేదా రోజువారీ కార్యకలాపాలను ప్రభావితం చేస్తుందో లేదో గమనించడం కూడా సహాయపడుతుంది. కొందరు దీనిని నోట్‌బుక్‌లో లేదా ఫోన్ యాప్‌లో ట్రాక్ చేస్తారు.

నొప్పి మందులు తీసుకోవడం

నొప్పిని నియంత్రించడానికి వివిధ రకాల నొప్పి మందులు, వీటిని పెయిన్‌కిల్లర్లు, నొప్పి నివారిణులు, లేదా అనాల్జెసిక్స్ అని కూడా అంటారు, ఉపయోగించబడతాయి.

- **ప్రిస్క్రిప్షన్ లేకుండా దొరికే** మందులైన ఆస్పిరిన్, ఎసిటమినోఫెన్, ఐబుప్రోఫెన్, లేదా నాప్రోక్సెన్.
- **ప్రిస్క్రిప్షన్** మందులైన యాంటిడైప్రెసింట్లు, యాంటీసీజర్ మందులు, కండరాల సడలింపు మందులు, లేదా స్టెరాయిడ్లు.
- **ఓపియాయిడ్స్**, వీటిని నార్కోటిక్స్ అని కూడా అంటారు, మధ్యస్థం నుండి తీవ్రమైన క్యాన్సర్ నొప్పికి.

నిర్ణీత సమయంలో సూచించిన మోతాదును తీసుకోండి. **మీ నొప్పి తీవ్రమయ్యే వరకు వేచి ఉండకండి.** వేచి ఉంటే అది తగ్గడానికి ఎక్కువ సమయం పట్టవచ్చు. మందు పనిచేయకపోతే మీ డాక్టర్‌కు చెప్పండి. మీ డాక్టర్‌తో మాట్లాడకుండా దానిని తీసుకోవడం ఎప్పుడూ ఆపవద్దు, ఎందుకంటే అకస్మాత్తుగా ఆపడం ఉపసంహరణ లక్షణాలను కలిగించవచ్చు.

నొప్పి మందుల సాధారణ దుష్ప్రభావాలలో మలబద్ధకం, నిద్రమత్తు, మరియు వికారం లేదా వాంతులు ఉన్నాయి. మీ శరీరం అలవాటుపడేకొద్దీ కొన్ని తగ్గవచ్చు.

టాలరెన్స్, డిపెండెన్స్, మరియు వ్యసనం

నొప్పి మందులకు వ్యసనం అయిపోతామేమో అని ఆందోళన చెందడం సాధారణం. మూడు వేర్వేరు విషయాలను అర్థం చేసుకోవడం సహాయపడుతుంది.

- **డ్రగ్ టాలరెన్స్** మీ శరీరం ఒక మందుకు అలవాటుపడి అది తక్కువ ప్రభావవంతంగా పనిచేసినప్పుడు జరుగుతుంది. మీ డాక్టర్ మోతాదును సర్దుబాటు చేయవచ్చు లేదా మందులను మార్చవచ్చు.
- **శారీరక డిపెండెన్స్** అంటే శరీరం ఒక నిర్దిష్ట స్థాయి మందుకు అలవాటుపడి, అది అకస్మాత్తుగా ఆపివేయబడితే లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. సూచించిన విధంగా మందు తీసుకున్నప్పుడు కూడా ఇది జరగవచ్చు.
- **వ్యసనం (Addiction)** బలవంతపు మందు కోరిక మరియు హానికరమైన పరిణామాలు ఉన్నప్పటికీ ఆపలేకపోవడం వంటివి కలిగి ఉంటుంది.

ఎక్కువ మోతాదు అవసరం కావడం, లేదా మోతాదు తగ్గించినప్పుడు లక్షణాలు కలగడం, వ్యసనంతో సమానం కాదు. మీ డాక్టర్ మీ మందును జాగ్రత్తగా సూచించి పర్యవేక్షిస్తారు. బలమైన నొప్పి మందులు తీసుకునే క్యాన్సర్ ఉన్న చాలామంది వాటిని సురక్షితంగా మరియు సమర్థవంతంగా ఉపయోగిస్తారు.

మందులు లేని విధానాలు

మందుతో పాటు, మీ బృందం కాంప్లెమెంటరీ మరియు ఇంటిగ్రేటివ్ పద్ధతులను సూచించవచ్చు, వీటిని కొన్నిసార్లు సహజ నొప్పి ఉపశమనం అని కూడా అంటారు.

- **ఆకుపండ్లు.** శరీరంలోని నిర్దిష్ట బిందువులలో చాలా సన్నని సూదులను చొప్పించడం.
- **బయోఫీడ్ బ్యాక్.** హృదయ స్పందన మరియు కండరాల ఒత్తిడి వంటి పనితీరులను నియంత్రించడం నేర్చుకోవడం.
- **డిస్ట్రాక్షన్.** సంగీతం లేదా సినిమా వంటి వాటితో నొప్పి నుండి దృష్టిని మళ్లించడం.
- **గైడ్డ్ ఇమేజరీ.** సానుకూల దృశ్యాలు లేదా అనుభవాలపై దృష్టి పెట్టడం.
- **హిప్నోసిస్.** లోతైన విశ్రాంతి, ట్రాన్స్ లాంటి స్థితి.
- **ధ్యానం.** శ్రేయస్సును మెరుగుపరచడానికి మనస్సు మరియు శరీరాన్ని విశ్రాంతి తీసుకోవడం.

ఈ ఎంపికలలో ఏది మీకు ఉత్తమమో మీ ఆరోగ్య సంరక్షణ బృందాన్ని అడగండి.

మూలాలు

- [National Cancer Institute — Cancer Pain Control: Support for People With Cancer](https://cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain) (cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain)

విశ్వసనీయ మూలం ఆధారంగా

ఇది National Cancer Institute ఆధారంగా రూపొందించిన విద్యా సమాచారానికి సరళమైన భాషలో అనువాదం. పూర్తి, తాజా సమాచారం కోసం దయచేసి అసలు మూలాన్ని చదవండి. ఇది విద్య కోసం మాత్రమే — వైద్య సలహా కాదు. ఎల్లప్పుడూ మీ సొంత సంరక్షణ బృందంతో మాట్లాడండి.

National Cancer Institute: cancer.gov/about-cancer/treatment/side-effects/pain

నవీకరించబడింది: 2026-09-15

ఉచితంగా దుబాసీని పొందే హక్కు మీకు ఉంది. యునైటెడ్ స్టేట్స్ లో ఫెడరల్ నిధులు పొందే ఆసుపత్రులు మరియు క్లినిక్ లు మీకు ఎలాంటి ఖర్చు లేకుండా అర్హత కలిగిన దుబాసీని తప్పనిసరిగా అందించాలి. మీరు రిసెప్షన్ వద్ద లేదా మీ అపాయింట్ మెంట్ కు ముందు దుబాసీ కోసం అడగవచ్చు. మీ కోసం అనువదించడానికి కుటుంబ సభ్యుడిని లేదా పిల్లవాడిని తీసుకురావాల్సిన అవసరం లేదు.

ఆన్ లైన్ లో: cancerexplained.org/languages/te/cancer-pain

cancerexplained.org లోని ఆంగ్ల వ్యాసం నుండి అనువదించబడింది. మూలంతో సరిచూసినది ఆంగ్ల సంస్కరణే.

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.

ఎలాంటి మార్పు లేకుండా ఉచితంగా ముద్రించవచ్చు, కాపీ చేయవచ్చు, పంచుకోవచ్చు. అనుమతి అవసరం లేదు. దయచేసి వైద్య సమాచారాన్ని మార్చవద్దు. మూలం: cancerexplained.org. ఇది విద్యా సమాచారం, వైద్య సలహా కాదు.