



Yaşa dayalı ağrı danışmanlık aracı

Ağrı danışmanlığı, hastaların ağrı deneyimine ilişkin faydalı bilgiler edinmek için bir fırsattır. Hastaların daha az ağrı ile daha iyi bir yaşam sürmelerine yardımcı olmak için kişiselleştirilmiş bir tedavi planı oluşturma şansı sunar.

Görüşmeye doğru beden diliyle başlayın¹

	✓	✗
Yüz ifadesi	Gülümseyin ve empatik görünün.	Kaşlarınızı çatmaktan kaçının çünkü anlaşmazlık izlenimi verebilir.
Göz teması	İlgili olduğunuzu göstermek için gözlerinizi açarak hastayla doğrudan göz teması kurun.	Hasta konuşurken yere veya uzaklara bakmaktan kaçının. Kaşlarınızı kaldırmaktan da kaçın.
Eller ve kollar	Kollarınızı çaprazlamayın. El-kol hareketleri yapın ama aşırıya kaçmayın.	Kollarınızı çaprazlamayın -hastayla aranızda engel koyuyormuşsunuz izlenimi verebilir.
Bacaklar	Rahat ve dışa açık bir duruş sergileyin.	Bacak bacak üstüne atmayın - bu anlaşmazlık, emin olmama veya ilgisizlik izlenimi verebilir.
Vücut pozisyonu	Hafifçe öne eğilmeniz ilgilendiğinizi gösterir.	Rahat ve dik bir duruş güveni yansıtır. Başınızı sağa-sola sallamaktan kaçın çünkü bu fikir ayrılığını ifade eder.
Baş	Zaman zaman başınızı onaylama tarzında yukarı-aşağı sallamanız güven verir. Başınızı hafifçe yana eğmeniz hastayla ilgilendiğinizi gösterir.	Hastanın üzerine çok fazla eğilmeyin. Hastaya sırtınızı dönmeyin; bunu yapmanız gerekirse nedenini açıklayın.

Tehlike işaretlerine dikkat edin

Hastanın size anlattıklarında herhangi bir tehlike işareti fark ederseniz, onu uygun bir uzmana yönlendirmeniz gerekir.

Bu işaretler aşağıdakileri içerebilir²:

- Kanama veya yakın tarihte fiziksel travma
- Dinmeyen şiddetli ağrı
- Solunum güçlüğü veya baş dönmesi
- Şiddetli veya sürekli baş ağrıları
- Fiziksel fonksiyon kaybı, özellikle asimetrik
- Işığa hassasiyetin (fotofobi) eşlik ettiği boyun ağrısı veya ense sertliği
- Nedeni açıklanamayan nöbet veya kilo kaybı
- Görme bozukluğu



Ayrıca hastanın beden diline dikkat etmeyi de unutmayın. Bu, onların rahatsız hissedip hissetmediklerini ya da duygu ve düşüncelerini paylaşmaktan çekinip çekinmediklerini gösterebilir.

Tarafından sunulmaktadır

Voltaren



Advil

#AğrıyıDinle

Farklı yaş gruplarındaki hastalarla görüşürken dikkat edilmesi gereken önemli konular

Tıbbi konsültasyonlar yaş gruplarına göre değişkenlik gösterir;³ bu nedenle hastaların bireysel gelişimsel, duygusal ve sağlık ihtiyaçları belirlenerek farklı yaş gruplarının spesifik ihtiyaçları açısından dikkate alınması gereken önemli konular mevcuttur⁸:

Çocuklar (0-18 yaş)		• İlk yakınlığı kurmak: İletişimi başlatmak için basit bir dil⁵, görsel yardımcılar ve oyuna dayalı teknikler kullanın⁴ • Otonomiye Saygı gösterin: Çocuklar ağrılarını kendileri anlatmalıdır. Kendilerinin anlatması mümkün olmadığında (örn., küçük yaş, bilişsel bozukluk ve mekanik ventilasyon nedeniyle), davranışsal bir ağrı skalası ya da kontrol listesi kullanılmalıdır⁵ • Ortaklaşa karar verin: Onları endişeleri ve tercihlerini belirtmeleri için cesaretlendirin; çocuklara seçeneklerin neler olduğunu, hangi tedavileri içerebileceğini, tedavinin artılarını ve eksilerini ve olası etkilerini açıklayın⁴.
Yetişkinler (19-64 yaş)		• Detaylı Bilgilendirme: Yetişkinler, sağlık durumları ve tedavi planlarına dair daha detaylı açıklamalara gereksinim duyabilirler¹⁰. Tıbbi jargon içermeyen, kolayca anlaşılır net bir dil kullanmak şarttır⁹. • Otonomiye saygı gösterin: Bu grup kendilerine saygılı davranılmasını ve sorularına ve isteklerine sağlık profesyonellerinin duyarlı olmasını bekler. • Ortaklaşa karar verin: Hastaları tedavi seçeneklerine ilişkin tartışmalara dahil edin ve tedaviye bağlılığı arttırmak üzere onların tercihlerini sorun¹⁰.
Yaşlılar (65+ yaş)		• İlk yakınlığı kurmak: Sade ve doğal bir dil kullanın, açıklamaya ihtiyaç duyup duymadıklarını sorun. • Yaşlı hastaları acele ettirmeyin: Yaşlı bir bireye soru sorarken veya onun endişelerini dinlerken temposunu dikkate alın. • Otonomiye saygı gösterin: Hastayla denginiz bir yetişkin gibi konuşun, ona saygılı ve empatik davranın. Fiziksel, duygusal, ya da bilişsel bozukluklara sahip olmak yetişkin bir hastanın olgunluk seviyesini azaltmaz. • Ortaklaşa karar verin: Onların tedavi hedeflerini ve tercihlerini sorun ve onlar için en önemli olanlara odaklanın⁶.

Yaygın kabul gören Calgary-Cambridge Konsültasyon kılavuzu (geliştirilmiş versiyon): İlişki kurmak ve tıbbi görüşmeyi yapılandırmak⁷.

 Görüşmeyi Başlatmak	 Bilgi toplama	 Fizik muayene	 Açıklama ve Planlama	 Görüşmenin sonlandırılması
• Hazırlık • İlk yakınlığın kurulması • Konsültasyon neden(ler)inin belirlenmesi	• Aşağıdakileri açığa çıkarmak için hastanın sorunları araştırılır: • biyomedikal perspektif (hastalık) • hastanın bakış açısı (rahatsızlık) • kişisel geçmiş bilgisi (bağlam/öykü)	• Hasta tıbbi bir sorunun olası semptom veya bulguları yönünden muayene edilir.	• uygun bilgiler sağlanır • doğru hatırlama ve anlamaya yardım edilir • ortak bir zemine ulaşmak: hastanın rahatsızlık çerçevesi dahil edilir • planlama: ortaklaşa karar verilir	• Uygun bir kapanış noktası sağlanmak • İleriye dönük planlama

Tarafından sunulmaktadır

Voltaren



Advil

#AğrıyıDinle

Reçetesiz satılan ilaçlar:

Ağrı giderici ilaçlar, farklı yaş gruplarında uygunlukları açısından büyük bir değişkenlik gösterir.

Haleon Ağrı portföyü tüm yaş gruplarını kapsar

Çocuklar

1. Panadol

Yetişkinler

1. Panadol
2. Panadol Ekstra
3. Panadol Migrestop
4. Voltaren Emulgel %1.16 Jel
5. Advil

Yaşlılar

1. Panadol
2. Panadol Ekstra
3. Panadol Migrestop
4. Voltaren Emulgel %1.16 Jel
5. Advil

Reçetesiz satılan ilaçları aşağıdaki durumlarda dikkatli kullanınız:

1. Doğal tedaviler dahil diğer eş zamanlı kullanılan ilaçlar
2. Önceden beri mevcut olan tıbbi sorunlar
3. Sigara/alkol kullanımı
4. 65 yaş üzeri hastalar
5. Alerjiler

Referanslar:

1. Centre for Pharmacy Postgraduate Education. 2014. Consultation Skills for Pharmacy Support Staff.
2. The Pharmaceutical Journal. 2021. How to support patients with acute pain in community pharmacy - The Pharmaceutical Journal.
3. DeVoe JE, Wallace LS, Fryer GE Jr. Patient age influences perceptions about health care communication. Fam Med. 2009 Feb;41(2):126-33.
4. Davison G, Conn R, Kelly MA, et al., Fifteen-minute consultation: Guide to communicating with children and young peopleArchives of Disease in Childhood - Education and Practice 2023;108:91-95.
5. Evelyne D Trottier et al. Best practices in pain assessment and management for children, Paediatrics & Child Health, Volume 27, Issue 7, December 2022, Pages 429-437.
6. Kurtz S, Silverman J, Benson J et al. Marrying content and process in clinical method teaching: enhancing the Caalgary-Cambridge guides. Acad Med.2003;78(8):802-9.
7. NIH National Institute on Aging (NIA). Talking With Your Older Patients. Last reviewed: January 25, 2023.
8. Peck BM. Age-related differences in doctor-patient interaction and patient satisfaction. Curr Gerontol Geriatr Res. 2011;2011:137492.
9. Allen KA, Charpentier V, Hendrickson MA, Kessler M, Gotlieb R, Marmet J, Hause E, Praska C, Lunos S, Pitt MB. Jargon Be Gone - Patient Preference in Doctor Communication. J Patient Exp. 2023 Feb 28.
10. Lisa Maria E. Frantsve, Robert D. Kerns, Patient-Provider Interactions in the Management of Chronic Pain: Current Findings within the Context of Shared Medical Decision Making, Pain Medicine, Volume 8, Issue 1, January 2007, Pages 25-35.

Sağlık Profesyonellerine Yöneliktir.

Materyal Kodu: PM-TR-VOLT-25-00022

Hazırlanma tarihi: Aralık 2024

Lütfen kullanmadan önce tam ürün bilgileri için ürün ambalajına ve kullanma talimatına bakınız.

Herhangi bir advers olayı, ürün kalitesiyle ilgili şikayetleri veya ilaçlara ilişkin soruları bildirmek isterseniz, lütfen mystory.sa@haleon.com veya +966-535533647 üzerinden bizimle iletişime geçiniz.

Tarafından sunulmaktadır



#AğrıyıDinle