

VODIČ ZA SAVJETOVANJE O BOLI



POVIŠENA TJELESNA
TEMPERATURA



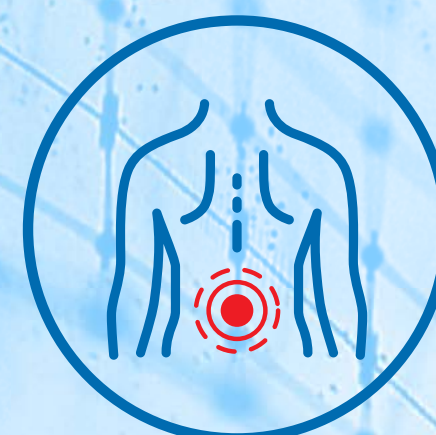
GLAVOBOLJA



ZUBOBOLJA



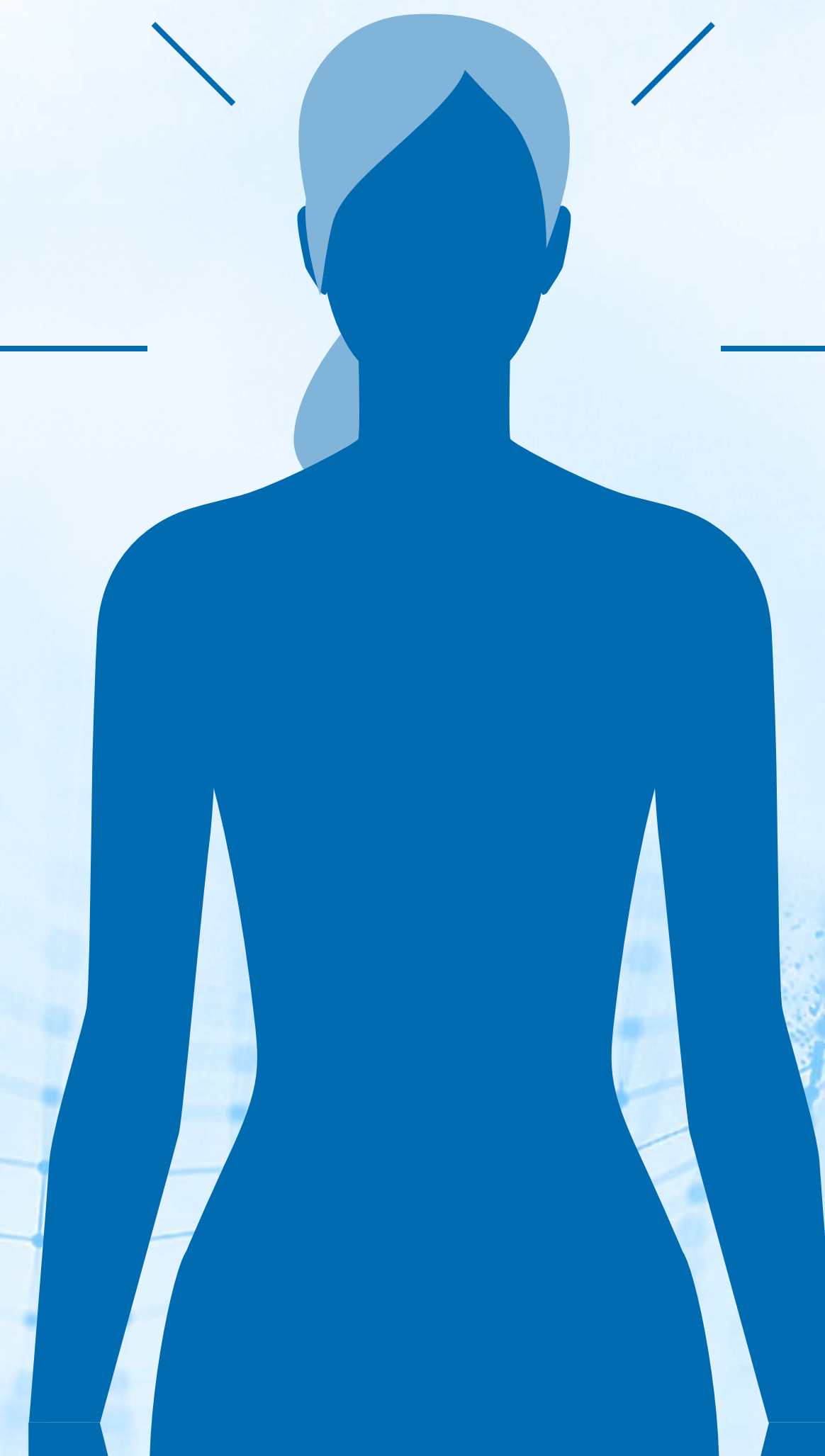
GRLOBOLJA



KRIŽOBOLJA



DISMENOreja



SANDOZ



GLAVOBOLJA

*Jeste li znali da glavobolja spada u 10 najonesposobljavajućih stanja kod oba spola te u 5 najonesposobljavajuća stanja kod žena?**

PITANJA ZA TRIJAŽU PACIJENATA

1. Koji dio glave vas boli?
2. Koji je intenzitet (VAS 1 – 10) i karakter boli (tupa, sijevajuća,...)?
3. Mijenja li se bol tijekom dana, utječu li aktivnost, zvukovi ili svjetlo na intezitet boli?
4. Imate li drugih simptoma?

KADA PACIJENTA UPUTITI LIJEČNIKU?

- iznimno jaka glavobolja koja se javlja naglo, “iz punog zdravlja” ili se bitno razlikuje od uobičajene
- glavobolja u djece mlađe od 12 godina ili se prvi put javlja nakon 50. godine života
- glavobolja praćena povišenom temperaturom, kočenjem vrata, osipom, mučninom, povraćanjem ili neurološkim simptomima
- glavobolja koja ne reagira na terapiju analgeticima

CASI. Priručnik o samoliječenju. 2017. Glavobolja. Bojana Menkadžiev, mag.pharm.
* Stovner LJ et al. Cephalalgia, 2007, 27, 193–210

SANDOZ



KRIŽOBOLJA

*Jeste li znali da je Hrvatska među 10% zemalja s najvećom prevalencijom križobolje?**

PITANJA ZA TRIJAŽU PACIJENATA

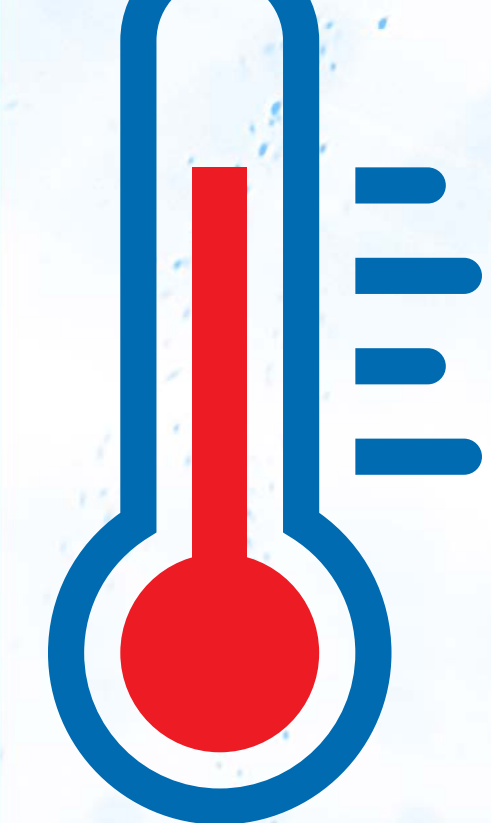
- 1.** Koji dio leđa vas boli? Što je prethodilo pojavi boli?
- 2.** Koji je intenzitet (VAS 1 – 10)? Je li se bol počela javljati naglo ili postupno?
- 3.** Je li bol lokalizirana ili se širi? Kamo se širi? Opišite bol.
- 4.** Ograničava li vam bol pokrete i svakodnevne aktivnosti?

KADA PACIJENTA UPUTITI LIJEČNIKU?

- umjerena do jaka bol
- bol koja traje dulje od 2 tjedna ili se nastavlja i 7 dana nakon primijenjene terapije
- prisutnost neuroloških simptoma, vrućice ili drugih simptoma sistemske infekcije
- prisutnost traume; trudnice u zadnjem trimestru trudnoće

CASI. Priručnik o samoliječenju. 2017. Križobolja. Dahna Arbanas, mag.pharm.
* Pedisic Z, Pranic S, Jurakic D. J Manipulative Physiol Ther. 2013 Jun;36(5):267–75

SANDOZ



POVIŠENA TJELESNA TEMPERATURA

Jeste li znali da temperaturu nižu od 38°C mjerenu aksilarno u pravilu nije potrebno snižavati, osim ako opće stanje bolesnika to zahtijeva?

PITANJA ZA TRIJAŽU PACIJENATA

1. Od kada imate povišenu tjelesnu temperaturu?
2. Kako je mjerena tjelesna temperatura?
3. Koja je izmjerena vrijednost tjelesne temperature?
4. Imate li drugih bolesti? Koje sve lijekove uzimate?

KADA PACIJENTA UPUTITI LIJEČNIKU?

- dijete mlađe od 3 mjeseca, starija osoba, trudnica
- temperatura viša od 40°C
- febrilne konvulzije, promjene svijesti, prisutnost neuroloških simptoma
- osip, otečeni limfni čvorovi, tahikardija, otežano disanje



ZUBOBOLJA

Ne zaboravite! Za učinkovito kupiranje boli kod zubobolje, uz analgetik je poželjna i protuupalna komponenta!

PITANJA ZA TRIJAŽU PACIJENATA

- 1.** Gdje vas boli i koliko dugo vas boli?
- 2.** Je li bol trajna ili se javlja na podražaj (lupkanje, toplo, hladno, slatko, žvakanje, pranje zuba)?
- 3.** Je li predhodila neka trauma ili zahvat u usnoj šupljini?
- 4.** Imate li oteklinu, glavobolju ili vrućicu?

KADA PACIJENTA UPUTITI LIJEČNIKU?

- intenzivna bol, dugotrajna bol, bol na perkusiju zuba, prijelom zuba
- bol koja se pojačava naginjanjem glave, glavobolja, vrućica
- edem lica u području obraza ili uz bazu zuba, trizmus
- poremećaji vida, zjenice i pokretljivosti oka

DISMENOUREJA

Jeste li znali da primarna dismenoreja najčešće nastaje 6 mjeseci do godine dana nakon prve menstruacije i zahvaća više od 90% djevojaka adolescentske dobi?

PITANJA ZA TRIJAŽU PACIJENATA

- 1.** Koliko jako vas boli (VAS 1 – 10)?
- 2.** Javlja li se bol prvi put ili je došlo do promjene u menstrualnom ciklusu i krvarenju?
- 3.** Imate li povišenu tjelesnu temperaturu, slabost, glavobolju, probavne smetnje, smetnje mokrenja?
- 4.** Uzimate li neke druge lijekove? Jeste li već uzimali neke lijekove za bol?

KADA PACIJENTA UPUTITI LIJEČNIKU?

- jako izraženi simptomi dismenoreje ili obilno krvarenje
- simptomi se prvi put javljaju u dobi iznad 25 godina
- upalne bolesti zdjelice, endometrioza, nepravilni ciklusi, ciste na jajniku u anamnezi
- povišena tjelesna temperatura
- samoliječenje primjerenim dozama bezreceptnih lijekova ne rješava simptome

GRLOBOLJA

*Jeste li znali da je 80–90% grlobolja zapravo virusnog podrijetla?**

PITANJA ZA TRIJAŽU PACIJENATA

4 KRITERIJA PO CENTORU**:

1. Je li vaša tjelesna temperatura 38°C ili viša? DA=1
2. Imate li bijeli eksudat na tonzilama/krajnicima? DA=1
3. Jesu li povećani i bolni prednji cervikalni / vratni limfni čvorovi? DA=1
4. Kašljete li? Imate li kataralnih simptoma? NE=0

** mogući odgovori 0 ili 1

KADA PACIJENTA UPUTITI LIJEČNIKU?

- djeca mlađa od 3 godine, imunokompromitirani bolesnici, trudnice i dojilje
- grlobolja koja traje duže od 7 dana, tjelesna temperatura iznad 38°C
- otežano gutanje, disanje, otvaranje usta, slinjenje, kašalj koji traje dulje od 2 tjedna
- nespecifičan osip, bolovi u zglobovima, krv u slini

CASI. Priručnik o samoliječenju. 2017. Križobolja. Dahna Arbanas, mag.pharm.
* Worrall GJ. Acute sore throat. Can Fam Physician. 2007 Nov;53(11):1961–2.