



Manejo del dolor después de una cirugía (método multimodal)



Descripción general

Debido a que todos sentimos el dolor de manera diferente, controlarlo después de una cirugía puede ser complicado. En el pasado, nos centrábamos principalmente en los medicamentos. A menudo, estos eran opioides. Pero ahora, usamos una mezcla de técnicas para combatir el dolor. Lo llamamos el método "multimodal". Involucra todo, el cuerpo y la mente. Y puede reducir la necesidad de opioides.

Salud física

Con el método multimodal, la medicación sigue siendo la clave. Así que es probable que tome pastillas para el dolor. Es posible que tome una mezcla de drogas. Estas trabajan en conjunto para controlar diferentes tipos de dolor. Su médico también agregará otras cosas a su plan de cuidado. Es posible que le practiquen un bloqueo nervioso o que le apliquen una epidural. Es posible que tenga que hacer ejercicios simples. Es posible que deba hacer algunos cambios en su estilo de vida, como perder peso o dejar un mal hábito. Y, es posible que lo envíen a terapia física, tan pronto como sea seguro para usted.

Salud emocional

A medida que se recupera de la cirugía, es posible que se sienta aburrido y solo. Puede tener ansiedad, insomnio o depresión. Por tanto, como parte de su plan de cuidados, su médico puede preguntarle acerca de su salud emocional. Su médico puede sugerir métodos de relajación o terapia. Siga los consejos de su médico. Su salud mental es una parte importante de su salud general y de su recuperación.

Conclusión

El método multimodal está diseñado para mantenerlo lo más cómodo posible mientras se recupera de su cirugía. Déjele saber a su médico si siente que su dolor no está bajo control.