



PATIENT  
EDUCATION

# Postoperative Pain

patienteducation@aub.edu.lb

[www.aubmc.org](http://www.aubmc.org)



# AUBMC

AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER  
المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

Our lives are dedicated to yours



# Am I going to feel pain after my operation?

Pain is usually expected after most operations. It is a subjective feeling. Only you can feel your pain, its location, its intensity, and your need for pain killers. It is your right to be pain free after your operation. Pain should be treated well so that you have a good recovery. Adequate pain control will allow you to do the activities after your operation better (such as walking and deep breathing exercises).

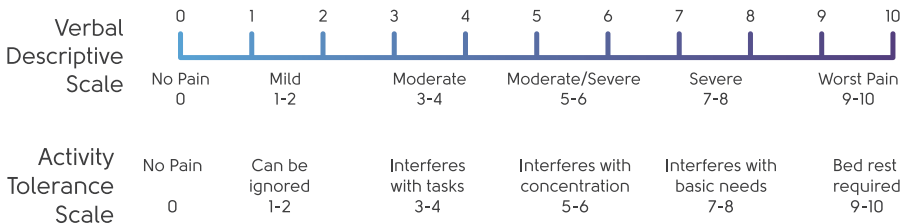
## What can I do to control my pain?

Do not ignore your pain. You should **report** your pain whenever you feel it. Do not wait to be asked about your pain; no one can feel your pain but you. Pain would not generally go away if left untreated.

**Describe your pain to get the right treatment:**

- Where does it hurt? (**location**)
- How does it feel? (**character: sharp, throbbing, aching, cramping, burning, etc.**)
- How strong is my pain? (**intensity**)
- How often do I feel this pain? (**frequency**)
- How long have I been in pain? (**duration**)

To describe your pain intensity, identify your pain score. You can use a scale from 0 to 10, where **0 is no pain, and 10 is the worst pain ever.**



**\* If your pain was not relieved after your pain killer (30 minutes or more), report it. You do not have to wait hours to receive another pain killer.**

# What are the possible ways to control my pain?

There are many ways to treat your pain. One or more ways can be used to keep the period after your operation as pain free as possible. The choice of your treatment depends on your operation, health condition, age, allergies, pain tolerance, and personal preference, and it will be decided by your surgeon.

Indication	Pain Killer	Route	Most Common Possible Side Effects
Mild	Acetaminophen/ Paracetamol (Panadol, Perfalgan)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oral</li> <li>• Suppositories</li> <li>• Intravenous (into a vein)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nausea, Vomiting</li> </ul>
	<b>Nonsteroidal Anti-inflammatory Drugs (NSAIDs)</b> Ketoprofen (Profenid) Ibuprofen (Advil) Celecoxib (Celebrex) Etoricoxib (Arcoxia) Indomethacin (Indocid) Meloxicam (Mobic) Etc.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oral</li> <li>• Suppositories</li> <li>• Intravenous</li> <li>• Intramuscular (into a muscle)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stomach pain</li> <li>• Heartburn</li> <li>• Nausea, Vomiting</li> <li>• Headache</li> <li>• Diarrhea</li> <li>• Constipation</li> </ul>
Moderate	Acetaminophen plus Codeine plus Caffeine (Solpadeine)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sleepiness</li> <li>• Dizziness</li> <li>• Constipation</li> <li>• Nausea, Vomiting</li> <li>• Stomach pain</li> </ul>
	Acetaminophen plus Codeine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sleepiness</li> <li>• Dizziness</li> <li>• Constipation</li> <li>• Nausea, Vomiting</li> </ul>

Indication	Pain Killer	Route	Most Common Possible Side Effects
Moderate	Tramadol (Tramal)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oral</li> <li>• Intravenous</li> <li>• Intramuscular</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nausea, Vomiting</li> <li>• Sleepiness</li> <li>• Dizziness</li> <li>• Constipation</li> </ul>
	Tramadol plus Paracetamol (Zaldiar)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Oral</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nausea, Vomiting</li> <li>• Sleepiness</li> <li>• Dizziness</li> <li>• Constipation</li> </ul>
Severe	Morphine	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Subcutaneous (under the skin)</li> <li>• Intravenous</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sleepiness</li> <li>• Dizziness</li> <li>• Nausea, Vomiting</li> <li>• Constipation</li> <li>• Decreased activity of the abdomen</li> </ul>
	Meperidine (Demerol)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Intramuscular</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sleepiness</li> <li>• Dizziness</li> <li>• Hypotension (drop in blood pressure)</li> <li>• Nausea, Vomiting</li> <li>• Constipation</li> <li>• Decreased activity of the abdomen</li> </ul>

\* You might find the same medication under another name.  
Please check with your doctor if it is the right medication for you.

# Will I get addicted to pain killers?

Taking pain killers to control your pain after your operation will not lead to addiction. In very rare cases, you might develop **tolerance** to a medication. Tolerance is when your body gets used to a certain dose of the medication and needs a higher dose to get the same effect. Addiction is a disorder of getting physically and/or psychologically dependent on the medication.

# Are there other ways to control my pain?

The **acute pain service team** at the hospital might be called by your doctor for an official consultation. The consultation depends on the type of your operation and the severity of your pain after the operation. The **acute pain service team** might give you one of the new ways in pain control:

**Patient-Controlled Analgesia (PCA):** PCA pump, an electronic machine, delivers the pain killer into your intravenous line. The type and the concentration of the pain killer are set by the acute pain service team, but usually morphine is the drug of choice. You are given a **button** to control the pump. **You** can press on the button whenever you are in pain, and you will receive a specific dose of the pain killer. The PCA pump is programmed to limit the number of doses you can receive in a certain period of time to prevent an overdose. Possible side effects of PCA include: nausea, vomiting, constipation, itching, hypotension, difficulty passing urine, confusion, sleepiness, and slow breathing (in very rare cases).

**Epidural Analgesia:** A small catheter (tube) is inserted in the epidural space in your **back** before or after your operation. The pain killer will be given continuously in the catheter through an electronic machine. Possible side effects of epidural analgesia include: nausea, vomiting, numbness and weakness of the lower extremities, hypotension, shivering, itching, difficulty passing urine, and slow breathing (in very rare cases).

**Nerve Block:** Nerve block is used to control pain by numbing the painful area. The pain killer which consists of a local anesthetic might be injected **before or during** your operation. The local anesthetic might also be given continuously through a catheter inserted into the nerve reaching the **painful area**. Possible side effects of nerve block include: numbness of the area, bitter taste (metallic taste), tingling sensation in lips, and ringing in ears.



STOP  
START

ENTER

PRIME  
BOLUS

REPORTS

VIEW  
SILENCE

↑  
YES

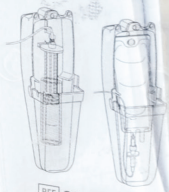
OPTIONS

BACK

NO  
↓

CADD-Prizm® PCS II

☑ Security Shell ☑ Boîtier de sécurité  
☑ Sicherheitsgehäuse ☑ Beschermtasche  
☑ Sijakotelto ☑ Beskyttelsesbak  
☑ Revestimento de Segurança  
☑ Contenitore di sicurezza



REF 21-6117-24

Smiths Medical, Inc.  
St. Paul, Minnesota 55112 USA  
1.800.426.2448 (USA) • 1.953.631.2256  
www.smithsmedical.com

CE  
IIEP

Smiths Medical International Ltd.  
Weybridge, Surrey, UK • 44 (0)1932 246434

40-3209-240

# Are there ways to help me control my pain in addition to the pain killers?

You can use other techniques to control your pain, such as applying cold or hot pads (after the approval of the surgeon), using distraction techniques to take your mind off the pain (such as listening to music, reading a book, watching TV, etc.), massaging other areas in your body, or any other way that you find helpful to control your pain.

## What should I do to control my pain at home?

- Take your pain killers as prescribed by your doctor.
- Plan your pain killers according to the intensity of your pain. Take the mild pain killer for your mild pain and the stronger pain killer for your moderate or severe pain.
- Schedule your pain killers around the clock to be as pain free as possible.
- Do **not** take an extra dose of the pain killer if your pain was not relieved. An extra dose will not improve your pain control, but it might hurt your body.
- If your pain was not controlled on your prescribed pain killers, contact your doctor.
- Do **not** take additional pain killers without asking your doctor. You might take two medications with the same component.
- Stop or limit your alcohol intake to prevent damage to your liver.
- Do **not** drive a car, or go out of your house alone, if you are taking a medication that causes sleepiness or dizziness.

The acute pain service team is available for consultations on pager 1647. Ask your surgeon for referral.

This educational material provides general information only. It does not constitute medical advice. Consult your health care provider to determine whether the information applies to you.



# هل من طرق تساعدني في السيطرة على الألم بالإضافة إلى المسكنات؟

بإمكانك استخدام تقنيات أخرى للسيطرة على الألم كوضع لبخات أو ضمادات باردة أو ساخنة (بعد الحصول على موافقة الطبيب الجراح)، واستخدام تقنيات الإلهاء لتشتت بالك عن الشعور بالألم (مثل الإستماع إلى الموسيقى، أو قراءة كتاب، أو مشاهدة التلفزيون، إلخ)، أو تدليك مناطق أخرى في الجسم أو أي طريقة أخرى قد تجدها مفيدة للسيطرة على الألم.

## ما هي الخطوات التي يجب أن أتبعها للسيطرة على ألمي في المنزل؟

- تناول مسكّنات الألم وفقاً لوصفة الطبيب.
- تناول المسكّنات بحسب درجة الألم، أي تناول المسكّن الخفيف لمعالجة الألم الخفيف والمسكّن القوي للتخفيف من الألم المعتدل أو الحاد.
- نظّم أوقات تناول المسكّنات على مدار الساعة لتفادي الشعور بالألم قدر المستطاع.
- في حال عدم شعورك بالتحسّن، لا تتناول جرعة إضافية من مسكّن الألم فهي لن تسيطر على الألم بل قد تؤذي جسمك.
- في حال عدم القدرة على السيطرة على الألم بالإعتماد على المسكّنات التي وصفها الطبيب، إتصل به.
- لا تتناول مسكّنات إضافية من دون إستشارة طبيبك فقد تتناول نوعي دواء يحتويان على العناصر والمكونات نفسها.
- من الضروري التوقف أو الحدّ من شرب الكحول لتجنّب أي ضرر قد يلحق بالكبد.
- لا تقُد السيارة أو تخرج من المنزل وحدك في حال كنت تتناول أدوية تتسبب بالنعاس أو الدوار.

يمكن الاتصال بفريق خدمة تخفيف الألم للاستشارة الطبية على جهاز الاتصال رقم 1647. اطلب الاستشارة من طبيبك.

يحتوي هذا المستند على معلومات عامة لا تشكّل نصائح طبية بأي شكل من الأشكال. إستشر المسؤول عن رعايتك الصحية لمعرفة ما إذا كانت المعلومات الواردة هنا تنطبق عليك.



STOP  
START

ENTER

PRIME  
BOLUS

REPORTS

VIEW  
SILENCE

↑  
YES

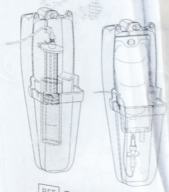
OPTIONS

BACK

NO  
↓

CADD-Prizm® PCS II

☑ Security Shell ☑ Boîtier de sécurité  
☑ Sicherheitsgehäuse ☑ Beschermtasche  
☑ Sijojakotelo ☑ Beskyttelsesboks  
☑ Revestimento de Segurança  
☑ Contenitore di sicurezza



REF 21-6117-24

Smiths Medical, Inc.  
St. Paul, Minnesota 55112 USA  
1.800.426.2448 (USA) • 1.615.631.2256  
www.smithsmedical.com

CE  
IIEP

Smiths Medical International Ltd.  
Weybridge, Surrey, UK • 44 (0)1932 246434

40-3209-240

# هل من الممكن أن أدمن على تناول مسكّنات الألم؟

لا يؤدي تناول المسكّنات التي تأخذها للتخفيف من الألم المتأّتي عن العملية إلى الإدمان عليها. في حالات نادرة جداً يصبح لديك **تحمل** مكتسب لدواء معيّن، أي أن جسمك يعتاد على جرعة معيّنة من الدواء فيصبح بحاجة إلى جرعة أكبر للحصول على النتيجة ذاتها. أما الإدمان فهو إضطراب يجعلك تعتمد جسدياً ونفسيّاً على الدواء.

## هل من طرق أخرى للسيطرة على الألم؟

قد يستدعي طبيبك فريق خدمة تخفيف الآلام في المستشفى لاستشارة طبية. وتعتمد هذه الإستشارة على نوع العملية التي ستخضع لها وشدة الألم بعد العملية. ويمكن لفريق خدمة تخفيف الآلام أن يمنحك إحدى الطرق الجديدة في السيطرة على الألم:

**تسكين الألم وفق تحكّم المريض (PCA):** إن مضخة تسكين الألم وفق تحكّم المريض هي عبارة عن آلة إلكترونية تنقل مسكّن الألم داخل الأوردة. يحدد فريق خدمة تخفيف الآلام نوع المسكّن المستخدم والكمية المطلوبة، لكن غالباً ما يختار الفريق مسكّن المورفين. يتم منحك زراً للتحكم بالمضخة، بحيث يمكنك الضغط على الزر عند الشعور بالألم وعندئذ تحصل على الجرعة المحددة من مسكّن الألم.

تتم برمجة مضخة تسكين الألم للحدّ من عدد الجرعات التي يمكنك تلقّيها خلال فترة معيّنة من الوقت، تجنباً لتناولك أي جرعة زائدة. ومن التأثيرات الجانبية التي قد تنتج من تسكين الألم وفق تحكّم المريض: الغثيان، والتقيؤ، والإمساك، والحكة، وانخفاض ضغط الدم، وصعوبة التبوّل، والإرتباك، والنعاس والتنفس البطيء (في حالات نادرة جداً).

**إبرة الظهر (Epidural):** يتم إدخال قسطرة صغيرة (أنبوب) في منطقة الظهر قبل العملية أو بعدها. يتم إعطاء المسكّن بطريقة متواصلة عبر الأنبوب من خلال آلة إلكترونية. وقد تشمل الأعراض الجانبية المتأّتية عن إبرة الظهر: الغثيان، والتقيؤ، والتنميل، والضعف في الأطراف السفلية، وانخفاض ضغط الدم، والإرتعاش، والحكة، وصعوبة في التبوّل، والتنفس البطيء (في حالات نادرة جداً).

**تخدير موضعي (Nerve Block):** تُستخدَم طريقة التخدير الموضعي للسيطرة على الألم عن طريق تخدير المنطقة حيث يكمن الألم. يمكن حقن المخدّر قبل أو خلال العملية الجراحية. كما يمكن إعطاء المخدّر بشكل متواصل من خلال قسطرة يتم إدخالها في العصب الذي يصل إلى منطقة موضع الألم. وتشمل الأعراض الجانبية المتأّتية عن التخدير الموضعي: خدر في المنطقة، والشعور بطعم مرّ (طعم معدني)، والإحساس بوخز في الشفتين وطين في الأذنين.

الأعراض الجانبية المحتملة الأكثر شيوعاً	طريقة الإستخدام	الدواء المسكّن	دواعي الإستعمال
<ul style="list-style-type: none"> <li>• غثيان وتقيؤ</li> <li>• نعاس</li> <li>• دوّار</li> <li>• إمساك</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عن طريق الفم</li> <li>• داخل الوريد</li> <li>• داخل العضل</li> </ul>	<b>ترامادول (ترامال)</b> Tramadol (Tramadol)	ألم معتدل
<ul style="list-style-type: none"> <li>• غثيان وتقيؤ</li> <li>• نعاس</li> <li>• دوّار</li> <li>• إمساك</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• عن طريق الفم</li> </ul>	<b>ترامادول والباراسيتامول</b> Zaldiar (Zaldiar)	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• غثيان وتقيؤ</li> <li>• نعاس</li> <li>• دوّار</li> <li>• إمساك</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• تحت الجلد</li> <li>• داخل الوريد</li> </ul>	<b>مورفين</b>	ألم حاد
<ul style="list-style-type: none"> <li>• نعاس</li> <li>• دوّار</li> <li>• إنخفاض ضغط الدم</li> <li>• غثيان وتقيؤ</li> <li>• إمساك</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• داخل العضل</li> </ul>	<b>المبيبريدين (ديميرول)</b> Meperidine (Demerol)	

\* قد تجد الدواء نفسه متوفراً تحت علامات تجارية مختلفة. الرجاء التحقق مع الطبيب واستشارته ما إذا كان هذا الدواء الصحيح والمناسب لك.

# ما هي الطرق الممكنة للسيطرة على الألم؟

تتوفّر طرق كثيرة لمعالجة الألم. ويمكن استخدام طريقة أو أكثر لإبقاء فترة ما بعد العملية خالية من الألم بقدر المستطاع. ويعتمد إختيار العلاج على نوع العملية، ووضعك الصحي، والعمر، ووجود أي نوع من أنواع الحساسية، والقدرة على تحمّل الألم والتفضيلات الشخصية. وفي النهاية يقرر الطبيب الجراح العلاج المناسب لك.

الأعراض الجانبية المحتملة الأكثر شيوعاً	طريقة الاستخدام	الدواء المسكّن	دواعي الإستعمال
• غثيان وتقيؤ	• عن طريق الفم • تحاميل داخل الوريد	أسيتامينوفين / الباراسيتامول (بانادول، بيرفالغان) Acetaminophen/Paracetamol (Panadol, Perfalgan)	ألم خفيف
• ألم في المعدة • حرقة • غثيان وتقيؤ • صداع • إسهال • إمساك	• عن طريق الفم • تحاميل داخل الوريد • داخل العضل	مضادات إلتهاب لاستيرويدية كيتوبروفين (بروفينيد) Ketoprofen (Profenid) إيبوبروفين (أدفيل) Ibuprofen (Advil) السيليكوكسيب (سيليبريكس) Celecoxib (Celebrex) إيتوريكوكسيب (أركوكسيا) Etoricoxib (Arcoxia) الإندومتاسين (إندوسيد) Indomethacin (Indocid) ميلوكسيكام (موبيك) Meloxicam (Mobic) إلخ...	
• نعاس • دوار • إمساك • غثيان وتقيؤ • ألم في المعدة	• عن طريق الفم	أسيتامينوفين مع كوديين مع كافيين (سولباديين Solpadeine)	ألم معتدل
• نعاس • دوار • إمساك • غثيان وتقيؤ	• عن طريق الفم	أسيتامينوفين مع كوديين	

# هل سأشعر بالألم بعد العملية الجراحية؟

يُتَوَقَّع الشعور بالألم بعد غالبية العمليات الجراحية، وهو شعور ذاتي. وحدك تستطيع أن تشعر بألمك، وبموضعه وحدته وبحاجتك إلى مسكنات الألم. ومن حقك أن لا تشعر بالألم بعد العملية، ومن هنا أهمية معالجة الألم بعناية جيّدة لتتعافى بشكل سليم. فإن السيطرة على الألم بالطريقة المناسبة تتيح لك معاودة نشاطك بعد العملية الجراحية بشكل أفضل (مثل المشي وتمارين التنفس العميق).

## ماذا يمكنني أن أفعل للسيطرة على ألمي؟

لا تتجاهل ألمك، لا بل أبلغ عنه فور شعورك به. لا تنتظر أن تُسأل عن ألمك لأن أحدا لا يستطيع الشعور بألمك مثلك أنت. نادرا ما يزول الألم إذا ترك من دون علاج.

قم بوصف ألمك لتحصل على العلاج الصحيح:

- أين يكمن الشعور بالألم؟ (الموضع)
- كيف تصف هذا الشعور؟ (الطابع: حاد، قوي، أليم، تشنّج، حريق...)
- ما هي حدّة الألم؟ (درجة الألم)
- ما الأوقات الفاصلة بين تكرّر الشعور بالألم؟ (الوتيرة)
- منذ متى أشعر بالألم؟ (المدة)
- لكي تتمكن من وصف حدّة ألمك، عليك تحديد درجة الألم. ولتحقيق هذه الغاية، بإمكانك أن تستخدم مقياس من صفر إلى 10، حيث أن درجة صفر تعني عدم وجود أي ألم، ودرجة 10 تعني الألم الأكثر حدّة على الإطلاق.



مقياس الوصف الشفهي

يجب الإسراع في السرير  
10-9

يؤثر على الحاجات الأساسية  
8-7

يؤثر على التركيز  
6-5

يؤثر على أداء المهام  
4-3

يمكن تجاهله  
2-1

لا ألم  
0

مقياس القدرة على ممارسة النشاطات الجسدية

\* في حال عدم إستكانة الألم بعد مرور 30 دقيقة أو أكثر على تناول الدواء المسكّن للألم، قم بالإبلاغ عن ذلك. لست بحاجة إلى إنتظار ساعات للحصول على مسكّن آخر.





إرشادات  
للمرضى

# الألم ما بعد العملية الجراحية

[www.aubmc.org](http://www.aubmc.org)

[patienteducation@aub.edu.lb](mailto:patienteducation@aub.edu.lb)



AMERICAN UNIVERSITY of BEIRUT MEDICAL CENTER

المركز الطبي في الجامعة الأميركية في بيروت

كلنا سلامة صحتكم