



# LECZENIE BÓLU

dr n. med.  
Karolina Kondej

# BÓL

---

- ✘ subiektywnie przykre i negatywne wrażenie zmysłowe i emocjonalne powstające pod wpływem bodźców uszkadzających tkankę lub zagrażających ich uszkodzeniem.
- ✘ receptorami bólowymi są nocycceptory.
- ✘ odczucie bólu wyzwała również każdy supramaksymalny bodziec specyficzny dla danego receptora, np. silny impuls świetlny powoduje ból gałek ocznych, silny bodziec akustyczny powoduje ból lokalizowany w uchu.

Ból, podobnie jak gorączka, jest sygnałem mówiącym o tym, że coś złego dzieje się w organizmie. Przyczyna bólu wymaga leczenia.



# CO WYWOŁUJE BÓL?

---

Nerwy z zakończeniami wrażliwymi na ból występują w całym organizmie ludzkim. Ich drażnienie powoduje wysyłanie impulsów do rdzenia kręgowego i mózgu. Tak dzieje się w przypadku uszkodzenia tkanek (np. skaleczenie) lub narażenie ich na zbyt silny ucisk (np. przytrzaśnięcie palców drzwiami). Mózg przetwarza te sygnały i informuje cię o bólu. Przewodzenie impulsów bólowych może odbywać się drogą różnych włókien nerwowych. Niektóre włókna mają wypukłą powierzchnię, która zapewnia szybkie przewodzenie bodźców: odczuwany ból jest kłujący i krótkotrwały. Inne włókna nie posiadają tej warstwy, co powoduje, że ból jest tępy, przenikający i długotrwały.

# KLASYFIKACJA NEUROFIZJOLOGICZNA BÓLU

- × **Ból receptorowy - nocyceptywny** -  
powstaje  
w wyniku drażnienia receptorów nerwów  
czuciowych, np. przez mediatory zapalne.
- × **Ból niereceptorowy - neuropatyczny** -  
powstaje w wyniku ucisku lub zniszczenia  
struktur układu nerwowego. Typowym  
objawem jest alodynia.



# LECZENIE BÓLU

**Farmakologiczne** polegają na stosowaniu leków przeciwbólowych i wspomagających.

- ✘ **Leki opioidowe** to inaczej narkotyki. Obecnie jednak termin narkotyki jest pojęciem prawnym i społecznym. W medycynie posługujemy się określeniem "opioidy".
- ✘ **Leki nieopioidowe** to przede wszystkim paracetamol i niesteroidowe leki przeciwzapalne (NLPZ), z których najbardziej znana jest aspiryna, ibuprofen.
- ✘ Stosowane są również **leki wspomagające**, spośród których należy wymienić leki przeciwdepresyjne, przeciwpadaczkowe, sterydy, magnez.

Istnieje bardzo szeroka gama leków, które w rękach doświadczonego terapeuty stanowią potężny oręż w walce z bólem. Pamiętać jednak należy, że stosowane w nadmiarze i bez kontroli (dotyczy to przede wszystkim preparatów dostępnych bez recepty) mogą być niebezpieczne i przynieść więcej szkód niż korzyści.



# LECZENIE BÓLU

## Metody niefarmakologiczne.

Jest ich również szeroka gama:

- ✘ od **blokad poszczególnych nerwów**,
- ✘ poprzez **dokanałowe podawanie leków** (na przykład znieczulenie zewnątrzoponowe podczas porodu)
- ✘ aż do **zabiegów neurochirurgicznych**.
- ✘ oraz niszczenie szlaku bólowego (**neuroлиза**)



# LECZENIE BÓLU

## Metody nefarmakologiczne.

- ✘ zabiegi rehabilitacyjne
- ✘ wysokie lub niskie temperatury (kompresy, lampy kwarcowe),
- ✘ akupunktura,
- ✘ masaż lub ćwiczenia rozluźniające
- ✘ psychoterapia i relaks, gdy ból jest czasem wywoływany przez napięcie psychiczne, wyczerpanie i lęk.





