



Å kunne føle smerte er viktig for oss mennesker. Det gjør at vi kan oppdage skadelige påvirkninger på kroppen, fjerne oss fra dem, eller gjøre noe med dem. Men av og til vedvarer smertene. Da fungerer de ikke lenger som nyttige varslere, men blir et kronisk problem.

Brosjyren «Smerter ved Parkinsons sykdom» er først og fremst ment å være til hjelp for deg som har Parkinsons sykdom med et langvarig smerte-problem. Den tar for seg ulike smerteproblemer, og behandlingsforslag.

Brosjyren finner du på www.parkinson.no



Karl Johans gate 7
0154 Oslo
Telefon: +47 22 00 83 00
www.parkinson.no

SMERTELOGG

Den best mulige behandling for smerten forutsetter riktig smertediagnose. Det kan være nyttig å føre logg over smertene, for det er ikke alltid lett å huske hvordan smertene artet seg når du sitter hos legen.

For å forstå hvor sterk smerten er for deg, er det vanlig å beskrive smertene ved å bruke en skala fra 0 til 10, hvor 0 er ingen smerter og 10 er den verst tenkelige smerten (visuell analog skala, VAS).

Dette er også et nyttig verktøy når legen skal vurdere effekt av iverksatt behandling, eller vurdere om smerten oppstår når du er uten eller under behandling. Informasjon om at smerten kommer når effekten av parkinsonmedisinene avtar, eller om at smerten er upåvirkelig av parkinsonmedisinene, er viktig.

Tenk over følgende, og skriv det gjerne ned, mens smerten pågår:

1. Hvor sitter smerten?

2. Er det kun på den ene eller på begge sider?

3. Hvordan startet den?

4. Oppstod smerten i forbindelse med en annen hendelse, eller startet den snikende?

5. Hvordan arter smerten seg: pressende, bankende, tannpinelignende, hoggende, stikkende, skjærende, brennende etc.

6. Er det mer ubehag, som prikking og nummenhet, enn smerter?

7. Er smerten vedvarende?

8. Varierer smerten i løpet av døgnet eller uka?

9. Kan det være en sammenheng mellom hvilke medisiner du tar, når du tar dem, og smertene?

10. Oppstår det andre symptomer sammen med smerten?



Norges Parkinsonforbund

Karl Johans gate 7
0154 Oslo
Telefon: +47 22 00 83 00
www.parkinson.no

