

## COTSD

### Comitato Ospedale Territorio Senza Dolore

L'ASST Lariana, come previsto dalla legge n. 38 del 2010 (Disposizioni per garantire l'accesso alle cure palliative e alla terapia del dolore), ha istituito il Comitato Ospedale Territorio Senza Dolore, composto da 25 professionisti e specialisti provenienti da diversi settori aziendali, da associazioni di riferimento e da Medici di Medicina Generale.

Il COTSD ha il compito di elaborare le progettualità inerenti la cura del dolore, favorendo l'integrazione tra ospedale e territorio in un'ottica pluridisciplinare e interculturale, mediante un approccio a 360 gradi nel far fronte alle disabilità legate a qualsiasi tipo di dolore.

### Associazioni di riferimento

**Il Mantello Onlus**  
[www.ilmantello.org](http://www.ilmantello.org)

**A.Ma.Te Onlus**  
[www.amate.it](http://www.amate.it)

## Contatti

### Unità operativa complessa Cure Palliative - Hospice Presidio Polispecialistico Felice Villa

Via Isonzo, 42/B - 22066 Mariano Comense (CO)  
Tel.: 031 755 203  
Numero verde 800 362 822 (dalle ore 9 alle 17)

### Sede operativa distaccata di Faloppio

Via degli Alpini, 1 - 22010 Faloppio (CO)  
Tel. e Fax: 031 987 013

### Ambulatorio di Terapia del Dolore e Partoanalgesia Ospedale Sant'Anna

Via Ravona, 20 - 22042 San Fermo della Battaglia (CO)  
Piano 0 Blu - Poliambulatorio 2 - Stanza 52  
Tel.: 031 585 9357  
E-mail: [terapiadolore.co@asst-lariana.it](mailto:terapiadolore.co@asst-lariana.it)

### Ambulatorio di Terapia del Dolore e Partoanalgesia Poliambulatorio di via Napoleona

Via Napoleona, 60 - 22100 Como  
Padiglione Monoblocco - Quarto piano  
Tel.: 031 585 5262 - Ambulatorio Agopuntura  
Tel.: 031 585 5051 - Visita per Partoanalgesia

### Ambulatorio di Terapia del Dolore Ospedale Sant'Antonio Abate

Via Domea, 4 - 22063 Cantù (CO)  
Padiglione centrale - Piano Terra  
Telefono: 031 799 476 - 031 799 632

# Luriamo il dolore



## Informativa e servizi sulla terapia del dolore e le cure palliative



Sistema Socio Sanitario  
**Regione  
Lombardia**  
ASST Lariana

## Spiegare il dolore

È opinione comune che il dolore accompagni inevitabilmente la malattia e che sia un evento "normale". In realtà, **il dolore è un segnale di allarme** che ci avverte che qualcosa non va nel nostro corpo. In questo caso è un **segnale utile per comprendere la malattia** e, quindi, non deve essere necessariamente sopportato.

## Misurare il dolore

Ciò che occorre sapere è che **il dolore può e deve essere misurato**: è un tuo diritto e un dovere di chi ti prende in cura.

Esistono strumenti, per adulti e bambini, appositamente studiati per misurare il dolore sotto forma di **scale numeriche o verbali**.

Del dolore si può misurare **l'intensità, la qualità e la durata** e, una volta stabilita la causa, si può scegliere il trattamento più adeguato e misurarne l'efficacia: se hai dolore comunicalo all'infermiere o al medico per effettuarne la misurazione e la valutazione.

Nessuno può sapere quanto e che forma abbia il tuo dolore quindi la tua collaborazione è fondamentale per definire la terapia più adeguata.

Al dolore del corpo spesso si associano **sensazioni di ansia, incertezza, paura o depressione** che peggiorano la percezione del dolore: la relazione tra paziente e personale sanitario è quindi di aiuto anche per controllare e migliorare i sintomi psicosomatici. Nelle nostre strutture il dolore viene rilevato almeno una volta al giorno e trascritto in cartella clinica.

### Scala di valutazione del dolore

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nessun  
dolore

Dolore

Il massimo  
dolore  
possibile

## Controllare il dolore

### Farmaci

Oggi si dispone di molti **farmaci per controllare il dolore** e vi sono alcune tecniche che, in casi selezionati, possono essere utilizzate in aggiunta ai farmaci.

Ogni farmaco viene prescritto dal medico in base alla quantità e alla qualità del dolore.

Ci sono farmaci adatti a ogni età, di diverso grado di efficacia e sono sempre prescritti con particolare riguardo alla sicurezza dei pazienti. Eventuali rari effetti collaterali vanno comunicati subito al medico che prenderà i provvedimenti necessari.

Esistono molti **pregiudizi sull'uso degli oppioidi** e, in particolare, della morfina. I derivati dell'oppio, in realtà, sono analgesici eccellenti per i dolori più severi e, spesso, sono persino più sicuri di altri farmaci. Per questo motivo il loro impiego è raccomandato dall'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). L'assunzione di questi farmaci per un dolore acuto o neoplastico **non altera lo stato di coscienza, non abbrevia la vita e non crea dipendenza**. Inoltre, la dose può essere gradualmente aumentata in presenza di dolori più forti o diminuita gradualmente in base alle necessità e senza alcuna conseguenza.

### Tecniche non farmacologiche

Ci sono tecniche quali **l'anestesia peridurale per la partoanalgesia o altri metodi per contrastare il dolore intra e post-operatorio**, praticate da personale esperto: parlane con il medico di reparto e con l'anestesista.

Ci sono, in aggiunta, metodologie che agiscono a livello fisico e psicologico che agiscono sul **controllo dell'ansia, della paura e favoriscono il rilassamento**, contribuendo al controllo del dolore e dunque al tuo benessere.

## È importante

- **parlare del proprio dolore con gli infermieri e i medici che possono aiutarti e collaborare nel fornirti il percorso più adatto**
- **non esitare a chiedere farmaci per calmare il dolore, soprattutto dopo un intervento chirurgico**
- **chiedere un antidolorifico prima che il dolore diventi insopportabile**
- **assumere i farmaci come da prescrizione, rispettando dosaggi e orari**
- **non temere gli effetti collaterali poiché questi possono essere adeguatamente prevenuti e controllati**
- **non temere la morfina e i suoi derivati poiché sono efficaci, sicuri e raccomandati dall'OMS.**

## Servizi offerti

Nelle strutture dell'ASST Lariana **la terapia del dolore è garantita da tutte le figure sanitarie durante l'intero percorso di cura**, in funzione dei bisogni dell'assistito e in integrazione con le diverse fasi della presa in carico delle patologie acute e croniche.

Nelle nostre strutture operano **medici specialisti in terapia del dolore** che, dopo un'accurata diagnosi clinica e strumentale, curano le diverse tipologie di dolore acuto e cronico anche in casi complessi, garantendo **assistenza a pazienti ricoverati, ambulatoriali e, in situazioni specifiche, a domicilio, nelle diverse fasce di età e sempre in un'ottica multidisciplinare**.

Vengono trattati il **dolore acuto anche post-operatorio**, il **dolore da parto**, il **dolore cronico degenerativo e neuropatico**, il **dolore oncologico**.

Le terapie si basano su **farmaci, tecniche interventistiche semplici e complesse, tecniche complementari** come agopuntura, ipnosi e supporto psicologico.