

## Đối phó với Cơn đau

Cơn đau liên quan đến ung thư tuyến tụy là điều phổ biến. Cơn đau có thể là do chính căn bệnh hoặc do các phương pháp điều trị gây ra. Điều này làm cho việc đối phó với cơn đau trở thành khía cạnh chăm sóc thiết yếu. Nếu không đối phó với cơn đau, chất lượng cuộc sống của quý vị có thể trở nên tệ hại.

### Phương pháp tân tiến đối phó với cơn đau

Cơn đau trở nên trầm trọng hoặc dai dẳng có thể cần đến các phương pháp tân tiến để đối phó với cơn đau. Các biện pháp này nhắm trực tiếp vào cội nguồn của cơn đau, và bao gồm:

- Hóa trị: Bằng cách nhắm vào mục tiêu và làm teo bớt khối u, hóa trị có thể làm giảm áp lực và khó chịu ở vùng bị ảnh hưởng.
- Xạ trị: Xạ trị sử dụng sóng năng lượng mạnh để làm teo bớt khối u. Phương pháp điều trị này có thể làm giảm cơn đau do khối u chèn lên dây thần kinh hoặc các phần khác.
- Phong bế thần kinh: Phong bế thần kinh bao gồm tiêm thuốc gây mê, steroid hoặc ethanol trực tiếp vào hoặc xung quanh dây thần kinh. Mục đích là ngăn chặn các tín hiệu đau truyền đến não. Có một số loại thuốc chẹn thần kinh được sử dụng để đối phó với cơn đau do ung thư tuyến tụy:
  - Siêu âm nội soi (EUS) kết hợp tiêu hủy bằng ethanol: Quy trình này bao gồm sử dụng ống nội soi, có trang bị siêu âm để hướng dẫn tiêm ethanol gần các dây thần kinh bị khối u ảnh hưởng. Điều này làm gián đoạn các tín hiệu đau để giảm đau.
  - Gây tê đám rối thần kinh ở thân tạng: Kỹ thuật này nhắm vào nhóm dây thần kinh truyền tín hiệu đau từ bụng để giảm đau bụng liên quan đến ung thư tuyến tụy.
- Cắt lá lách: Trong một số trường hợp, phẫu thuật cắt bỏ lá lách (splenectomy) có thể là một phần của biện pháp tân tiến để đối phó với cơn đau. Điều này có thể được cân nhắc nếu ung thư ảnh hưởng đến lá lách hoặc như một phần cách thức phẫu thuật lớn hơn để đối phó với bệnh ung thư và làm giảm cơn đau.

### Thuốc giảm đau

Nhiều loại thuốc có thể giúp điều trị cơn đau và giúp quý vị đối phó với cơn đau. Các loại thuốc giảm đau thường được kê đơn là:

- Thuốc không có opioid – đây là những loại thuốc không cần bác sĩ kê đơn (có thể mua tại nhà thuốc) như paracetamol (ví dụ như Panadol) và thuốc chống viêm không có steroid (NSAID) như ibuprofen (ví dụ như Nurofen).
- Thuốc có opioid (chất gây nghiện) – đây là những loại thuốc mạnh hơn cần phải được bác sĩ kê đơn ví dụ như morphin và oxycodone.

### Liệu pháp bổ sung

Các phương pháp điều trị khác không dùng thuốc men để đối phó với cơn đau có thể mang lại lợi ích cho bệnh nhân, đặc biệt khi kết hợp với thuốc giảm đau hoặc các phương pháp điều trị khác. Những phương pháp này có thể bao gồm:

- châm cứu
- mát xa
- thôi miên
- vật lý trị liệu và phục hoạt trị liệu
- thư giãn
- thiền định.

Luôn hỏi ý kiến bác sĩ trước khi dùng bất kỳ loại thuốc hoặc chất bổ sung nào mà bác sĩ không kê đơn. Quý vị cũng nên hỏi ý kiến bác sĩ trước khi bắt đầu bài tập thể dục, một chương trình mát-xa hoặc vật lý trị liệu mới.

Vui lòng liên hệ với chúng tôi để biết thêm thông tin qua số 03 9426 8880 hoặc email [EHJreissatiFamilyPan@epworth.org.au](mailto:EHJreissatiFamilyPan@epworth.org.au).