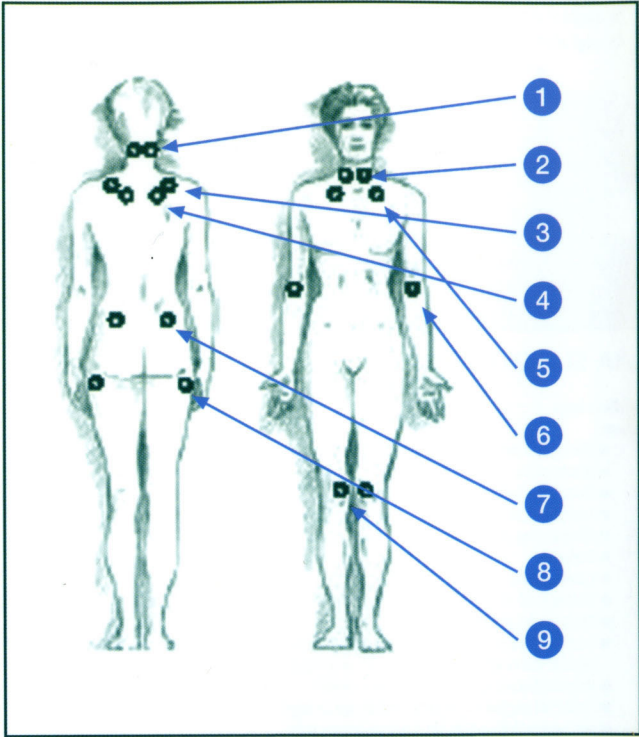


DIAGNÒSTIC DE FIBROMIÀLGIA

El diagnòstic s'estableix quan es provoca el dolor amb pressió de 4 kg en un mínim d'11 dels 18 punts preestablerts.



- 1 Occipuci: insercions dels músculs suboccipitals
- 2 Cervicals inferiors: cara anterior dels espais intertransversos C5-C7
- 3 Trapezi: punt mig de la vora superior
- 4 Supraespinós: per sobre de l'escàpula
- 5 Segona costella: segona articulació costocondral
- 6 Epicòndil lateral: 2 cm distals a l'epicòndil
- 7 Gluti: quadrant superior extern de la natja
- 8 Trocànter major: posterior a la prominència del trocànter
- 9 Genoll: coixinet adipós de la cara interna del genoll, proper a l'articulació



Manual d'abordatge del dolor a l'Atenció Primària



Diferències entre el dolor agut i el dolor crònic		
	Dolor agut	Dolor crònic
Incidència	Freqüent, relativament ben tractat	No tan freqüent, no és ben tractat
Durada	Menys d'un mes	De setmanes a anys
Causa	Coneguda i tractable	Moltes vegades desconeguda
Estat emocional	Ansietat	Depressió
Tractament	Efectiu	Empíric i de vegades només parcialment efectiu

Diferències entre dolor nociceptiu i dolor neuropàtic			
Característiques del dolor	Dolor nociceptiu somàtic	Dolor nociceptiu visceral	Dolor neuropàtic
Origen	Estimulació dels nociceptors	Estimulació dels nociceptors	Lesió nerviosa
Funció nerviosa	Normal	Normal	Anormal
Localització de la lesió	Teixit (pell, múscul, os)	Visceral, abdominal, toràcic	Nervis
Descripció	Sord, agut, constant ben localitzat	Difús, inespecífic, difícil localització, intermitent, dolor referit	Cremor, formigueig, lancinant
Sensacions anormals	Cap	Cap	Habituals (alodínia, hiperalgèsia)
Resposta a l'analgèsia convencional	Sí	Sí	Mala resposta

Per tipificar el dolor podem fer servir aquesta sistemàtica (ALICIA):

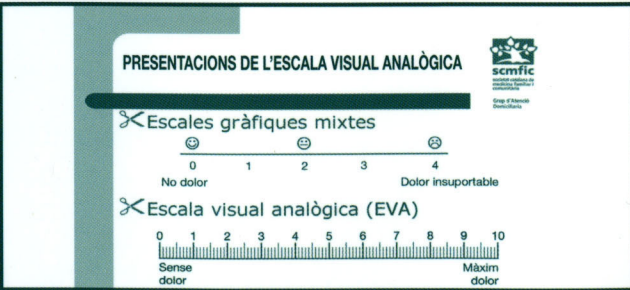
- Aparició del dolor.
- Localització.
- Intensitat.
- Característiques.
- Irradiació.
- Analgèsia.

Un cop tipificat, hem de tenir present:

- P Pal·liatius, provocadors.
- Q Qualitat (apuntar les característiques).
- R Irradiació.
- S Severitat.
- T Temps; patró temporal (fix o intermitent), des de quan...

AVALUACIÓ SUBJECTIVA

La descripció subjectiva del pacient és, probablement, el millor indicador del dolor



CUESTIONARIO BREVE DEL DOLOR

7. Indique en el diagrama las zonas donde siente el dolor sobre la parte afectada. Marque con una cruz la zona que más le duele.

Delante		Izquierda		Derecha						
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

8. Por favor, evalúe su dolor rodeando con un círculo el número que mejor describe la intensidad máxima de su dolor en la última semana.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

9. Por favor, evalúe su dolor rodeando con un círculo el número que mejor describe la intensidad mínima de su dolor en la última semana.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

10. Por favor, evalúe su dolor rodeando con un círculo el número que mejor describe la intensidad media de su dolor.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

11. Por favor, evalúe su dolor rodeando con un círculo el número que mejor describe la intensidad de su dolor ahora mismo.

0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

12. ¿Qué tipo de cosas le alivia el dolor (p. ej., el calor, la medicación, el descanso)?

13. ¿Qué tipo de cosas empeora el dolor (p. ej., caminar, estar de pie, levantar algo)?

14. ¿Qué tratamiento o medicación está recibiendo para el dolor?

15. En la última semana, ¿hasta qué punto le han aliviado los tratamientos o la medicación para el dolor? Por favor, rodee el porcentaje que corresponde al grado de alivio que ha sentido.

0%	10%	20%	30%	40%	50%	60%	70%	80%	90%	100%
Ningún alivio										Alivio total

16. Si toma medicación, ¿cuánto tarda en volver a sentir dolor?

☐ La medicación para el dolor no me ayuda nada	6. ☐ 4 h
☐ 1 h	7. De 5 a 12 h
☐ 2 h	8. Más de 12 h
☐ 3 h	9. No toma medicación para el dolor

17. Marque con una cruz la casilla que considere adecuada para cada una de las respuestas.

Otro que me relaja el dolor es debido a:	Si	No
A. Los efectos del tratamiento (p. ej., medicación, operación, radiación, prótesis)	☐ Si	☐ No
B. Mi enfermedad principal (la enfermedad que actualmente se está tratando y evaluando)	☐ Si	☐ No
C. Una situación no relacionada con mi enfermedad principal (p. ej., artrosis)	☐ Si	☐ No

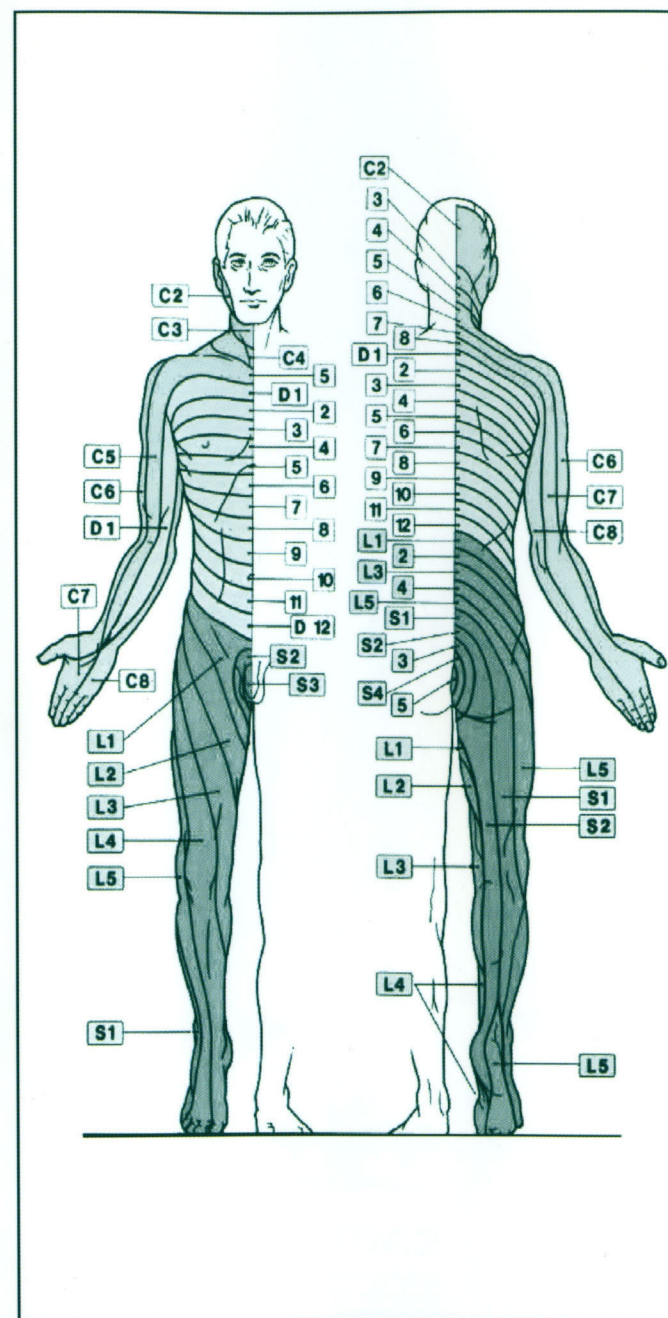
18. Por favor, describa esta situación:

19. Para cada una de las siguientes palabras, marque con una cruz «+» o «-» si ese adjetivo se aplica a su dolor.

	Si	No		Si	No
Dolorido/continuo	☐ Si	☐ No	Monticante (calambre)	☐ Si	☐ No
Palpitante	☐ Si	☐ No	Agudo	☐ Si	☐ No
Irradiante	☐ Si	☐ No	Sensible	☐ Si	☐ No
Punzante	☐ Si	☐ No	Queumante	☐ Si	☐ No
	☐ Si	☐ No	Aglotador	☐ Si	☐ No
Fatigoso (pesado)	☐ Si	☐ No	Entumecido (adormecido)	☐ Si	☐ No
Penetrante	☐ Si	☐ No	Pencoso	☐ Si	☐ No
Perseverante	☐ Si	☐ No	Insoportable	☐ Si	☐ No

13. Rodee con un círculo el número que mejor describa hasta qué punto el dolor lo ha afectado en los siguientes aspectos de la vida, durante la última semana											
A. Actividades en general	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
B. Estado de ánimo	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
C. Capacidad de caminar	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
D. Trabajo habitual (incluye tanto el trabajo fuera de casa como las tareas domésticas)	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
E. Relaciones con otras personas	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
F. Sueño	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
G. Disfrutar de la vida	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
No me ha afectado											Me ha afectado por completo
14. Prefiero tomar mi medicación para el dolor...											
☐ De forma regular ☐ Sólo cuando la necesito ☐ No tomo medicación para el dolor											
15. Tomo mi medicación para el dolor (en un periodo de dos días)											
☐ No todos los días ☐ 1 a 2 veces al día ☐ 3 a 4 veces al día											
16. ¿Cree que necesita una medicación más fuerte para el dolor?											
☐ Sí ☐ No											
17. ¿Cree que debería tomar más dosis de la medicación para el dolor que las que le ha recetado el médico?											
☐ Sí ☐ No											
18. ¿Está preocupado/a porque toma demasiada medicación para el dolor?											
☐ Sí ☐ No											
Si la respuesta es «sí», ¿por qué?											
19. ¿Tiene problemas con los efectos secundarios de su medicación para el dolor?											
☐ Sí ☐ No ¿Cuáles efectos secundarios?											
20. ¿Cree que necesita recibir más información sobre su medicación para el dolor?											
☐ Sí ☐ No											
21. Otros métodos que uso para aliviar mi dolor son (por favor, marque con una cruz todo lo que se le aplique):											
Compresas calientes ☐ Compresas frías ☐ Técnicas de relajación ☐ Distracción ☐ Biofeedback ☐ Hipnosis ☐ Otros ☐ Por favor, especifique											
22. Otras medicaciones no recetadas por mi médico y que tomo para el dolor son:											

DERMATOMES



ESCALA ANALGÈSICA DE L'OMS

Tècniques anestèsiques i/o quirúrgiques + anteriors

Analgèsics opiacis potents:
Morfina, oxicodona
Metadona
Buprenorfina
Fentanil
+/- adjuvants;
+/- analgèsics no opiacis

Analgèsics opiacis febles:
Codeïna
Tramadol
+/- adjuvants;
+/- analgèsics
no opiacis

Analgèsics no opiacis:
Àcid acetilsalicílic
AINE
Paracetamol
Metamizol
+/- adjuvants

EQUIVALÈNCIES ENTRE OPIACIS

Equivalències entre diferents vies d'administració de morfina	
vo: vr	1: 1
vo: sc	1: 1/2
vo: ev	1: 1/3
vo: epd	1: 1/10

Equivalència entre morfina i fentanil
L'equivalència es: fentanil 100 µg = 10 mg morfina oral.

Dosi total de morfina oral en 24 h $\times 10/24$ h = $\mu\text{g}/24$.

Equivalència entre oxicodona i morfina
L'equivalència és: 10 mg d'oxicodona = 20 mg de morfina.

Equivalència entre buprenorfina i morfina
 Multiplicar la dosi de buprenorfina $24 \text{ sl} \times 50 = \text{morfina } \text{vo}/24 \text{ h}$.

Taula d'equivalències entre opiacis

Transtec® µg/h	Buprenorfina sl mg/24 h	Buprenorfina iv mg/24 h	Morfina vo mg/24 h	Fentanil TTS	Tramadol mg/vo/24
35	0,4-0,8	0,3-0,6	30-60	25	150-300
52,5	1,2	0,9	90	—	450
70	1,6	1,2	120	50	600
70 × 2	3,2	2,4	240	—	—

ESGLAONAMENT DE L'ÚS DE LAXANTS EN CAS DE TRACTAMENT OPIACI

Laxants: sempre a priori, excepte si el pacient és portador de colostomia

1r esglaó: lactulosa (15 ml/8 h)

2n esglaó: esglaó 1 + senòsids (12-36 mg/dia)

3r esglaó: esglaó 2 + parafina /8 h*

4t esglaó: tres laxants + ènemes de neteja periòdics + possibilitat de canviar a fentanil

Si hi ha fecaloma → cal extreure'! manualment
 *PED, fórmula especial de combinació de laxants:
 - *P untual*® (senòsid)
 - *E muliquen*® (parafina)
 - *D uphalac*® (lactulosa)
 [1/2 Duphalac 400 ml + 1 Emuliquen 230 ml + 2 Puntual 30 ml]
 = PED 1-2 cullerades/8-12 h
 S'hi pot afegir la crema de magnèsia
 Si no millora: afegir enemes de neteja

VIA SUBCUTÀNIA

Indicaciones

Quan:

- Disfàgia o incapacitat d'empassar
- Nàusees i/o vòmits persistents
- Oclusions intestinals no quirúrgiques
- Malabsorció
- Últims dies, agonia
- Sedació
- Convulsions
- Disminució del nivell de consciència
- Dispnea en pacients terminals
- Intolerància a opiacis per via oral, necessitat de dosis altes per via oral o resposta parcial del dolor a l'administració oral, rotació d'opiacis
- Administració de fluids (hipodermoclisi)
- Dolor: 4t esglao de l'OMS, crisi de dolor agut
- Tos secundària a fistules esofagobronquials
- Diarrees greus

Contraindicaciones

- Edema generalitzat (anasarca)
- Circulació perifèrica molt disminuïda (xoc)
- Coagulopaties
- Infeccions de repetició en el punt d'inserció
- Zona de pell recentment irradiada. Pell no íntegra (nafres malignes)
- Brac de mastectomia

HIPODERMOCLISI O HIDRATACIÓ SUBCUTÀNIA

Indicaciones

- Deteriorament cognitiu
- Vòmits, nàusees
- Infeccions
- Oclusió intestinal
- Accident cerebrovascular
- Ancians amb dificultat per a la ingesta oral de líquids
- Toxicitat per opiacis per deshidratació (mioclonies, delirium)
- Hipercalcèmia