

# ABECEDA BOLESTI - MNEMOTECHNICKÁ POMŮCKA

## *Otázky zjišťující důležité detaily o bolesti*

**P**

-

**PROVOKUJE / POMÁHÁ** zeptejte se pacienta:

- provokuje, vyvolává nebo zhoršuje?
- co bolest pomáhá zmírňovat?

**Q**

-

**KVALITA / KVANTITA** zeptejte se pacienta:

- popište mi svoji bolest? Je to rozbolavělé, intenzivní, bodavé jako nožem, pálivé, křečové?
- bolí vás to právě teď? Pokud ano, je to silnější, či slabší bolest než obvykle?
- jakým způsobem bolest ovlivňuje vaše normální aktivity?
- máte při bolestech i jiné příznaky? např. nevolnost či zvracíte?

**R**

-

**REGION / RADIACE** zeptejte se pacienta:

- kde vás to bolí?
- vyzařuje bolest do jiných částí těla?

**S**

-

**SÍLA BOLESTI** zeptejte se pacienta:

- jak silně vás to bolí? Jakým číslem na stupnici 0 až 10, kde 0 znamená „žádná bolest“ a 10 znamená „nejhorší představitelná bolest“, byste bolest označil?
- jak intenzivní je nejsilnější bolest? Jakou intenzitu má nejmírnější bolest? Jak intenzivní bolest pociťujete právě teď?

**T**

-

**TRVÁNÍ BOLESTI** zeptejte se pacienta:

- kdy bolesti začaly?
- v kterou denní dobu jsou bolesti nejmírnější? V kterou denní dobu jsou bolesti nejhorší?
- začaly bolesti postupně, nebo se objevily náhle?
- je bolest stála? Nebo je některou denní dobu přítomna a pak jste nějakou dobu bez bolesti?

Zpracovala: Mgr. Dagmar Maršálková

Zdroj: Kolektiv autorů, VŠE O LÉČBĚ BOLESTI – příručka pro sestry, Praha : Grada, 2006,

ISBN 80-247-1720-4.