



# Dati riguardanti la morfina e altri oppioidi nelle cure palliative

*Facts about morphine and other  
opioid medicines in palliative care*

**Italian**



**Palliative  
Care  
Australia**

## **Di cosa tratta quest'opuscolo?**

Gli oppioidi sono antidolorifici. Comprendono farmaci come la codeina, la morfina e la petidina.

Questo opuscolo è stato scritto per aiutare voi, la vostra famiglia e i vostri accompagnatori a saperne di più sull'uso della morfina e degli altri oppioidi per alleviare il dolore. Conoscere questi dati vi aiuterà a gestire meglio il dolore e andare avanti.

## **Indice**

Cosa sono le cure palliative?

Cos'è il dolore?

Gestire il dolore

Fase 1: condivisione delle informazioni

Fase 2: scelta dei medicinali giusti

Fase 3: uso corretto dei medicinali

Dati riguardanti la morfina e gli altri oppioidi

## **Cosa sono le cure palliative?**

Le cure palliative sono cure e supporto speciali volti a migliorare la qualità della vita di qualcuno che vive con una condizione terminale. Si concentrano sui vostri bisogni oltre a quelli della vostra famiglia e dei vostri accompagnatori e possono cominciare subito dopo la diagnosi. Il controllo del dolore è una parte fondamentale delle cure palliative.

## **Cos'è il dolore?**

Il dolore è una sensazione sgradevole, sofferenza e angoscia. Ogni tipo di dolore fa male e logora. Il dolore può rendere irritabili, disturbare il sonno, ridurre l'appetito, rendere difficile attività e godersi la vita.



### ***Dati riguardanti il dolore***

- Non tutti coloro che hanno una malattia terminale avvertiranno dolore.
- Ognuno avverte il dolore in modo diverso, unico avrete quindi un modo unico di percepire il dolore.
- Quasi tutti i dolori possono essere alleviati.
- Il dolore non è sempre costante, può variare nell'arco della giornata e in base alle diverse attività svolte. Può anche variare in base al vostro umore, alle vostre emozioni e alla vostra vita familiare.

### **Gestione del dolore**

Nella maggior parte dei casi, seguire le tre fasi del ciclo di gestione del dolore allevierà il vostro dolore. La gestione del vostro dolore è un lavoro di squadra, ma la persona più importante della squadra siete voi.

Le tre fasi per alleviare il dolore sono:

- Condividere le informazioni
- Scegliere i medicinali giusti
- Usare i medicinali in modo appropriato.



## Fase 1: Condividere le informazioni



Non dovete affrontare il dolore da soli. Il vostro medico o l'équipe che vi cura vi aiuterà a gestire il dolore. È importante che condividiate le informazioni in modo aperto e onesto con il vostro medico e l'équipe che vi cura, per informarli precisamente del vostro dolore.

Non siate tentati di "tirare avanti" così da essere pronti a usare gli antidolorifici "più avanti". Questo ridurrebbe la vostra capacità di godervi la vita al momento e potrebbe rendere difficile alleviare il dolore in futuro.


Coinvolgere il vostro accompagnatore e i vostri familiari nel processo di condivisione delle informazioni può essere utile, perché loro noteranno spesso cose che voi non avete notato.

### **Dite al vostro medico tutti i medicinali che prendete**

È importante informare il vostro medico riguardo tutti i medicinali che prendete, compresi quelli venduti senza ricetta, quelli alle erbe e quelli naturali, per evitare che vi vengano involontariamente prescritti medicinali che state già prendendo o che interagiscono con quelli già in uso.

### **Fate domande**

Se avete qualche domanda, fatela. Non esistono domande stupide: tutte le domande sono domande utili.



Non appena vi vengono in mente domande, scrivetele e assicuratevi di ricevere le risposte di cui avete bisogno.

### **Diari del dolore e grafici delle medicine**

I diari del dolore e i grafici delle medicine vi aiutano a condividere le informazioni. I diari del dolore registrano il vostro dolore con parole (per esempio: tenue, moderato, forte) o numeri (per esempio: da 1 a 10). I grafici delle medicine registrano quali medicine avete preso, quando e che quantità.

I diari del dolore e i grafici delle medicine vi aiutano a ottenere un buon controllo del dolore fornendo annotazioni accurate del vostro dolore e delle medicine che prendete. Permettono anche a voi, ai vostri medici, agli infermieri, alla vostra famiglia e agli accompagnatori di discutere più facilmente del dolore, di capirlo e di capire quanto sono efficaci le medicine, in particolar modo quando queste vengono cambiate.

Il vostro medico o infermiere può darvi un diario del dolore e un grafico delle medicine da usare. In caso contrario, si può trovare un esempio di diario del dolore e di grafico delle medicine sul sito internet di Palliative Care Australia (vedi retro).

#### ***Dati che il medico deve sapere riguardo al vostro dolore***

Per avere un quadro chiaro del dolore, i medici e gli infermieri hanno bisogno di risposte alle seguenti domande:

- Dove accusate dolore?
- Quanto è forte il dolore?
- Com'è il dolore che avvertite: per esempio, è acuto, sordo, lancinante, fa male, altro?
- Quando incomincia e quando cessa il dolore?
- Cosa allevia o fa peggiorare il dolore?
- Se usate antidolorifici, quanto questi alleviano il dolore?



## Fase 2: Scegliere i medicinali giusti



La seconda fase del ciclo di gestione del dolore è la scelta dei medicinali giusti. Il vostro medico ha esperienza nella scelta dei migliori antidolorifici per i vostri bisogni. Se dovesse avere difficoltà nello scegliere i medicinali, può ricevere consigli validi da uno specialista di cure palliative.

Al momento della scelta di un medicinale o di una combinazione di medicinali, il vostro medico sceglierà quelli che meglio si adattano al vostro tipo di dolore, alla sua intensità (quanto è forte) e alla sua frequenza (ogni quanto). A volte bisogna provare diversi farmaci prima di trovare il medicinale o la combinazione di medicinali più efficace.

Gli oppioidi possono anche essere prescritti per altri sintomi, come dispnea (respirazione difficoltosa o affannosa), diarrea e tosse. Quando si elabora il programma di gestione del dolore, il vostro medico potrebbe anche raccomandare uno o più trattamenti non farmacologici, come il rilassamento muscolare, la stimolazione dei nervi, la radioterapia o l'agopuntura.

### Tipi di antidolorifici

I due gruppi principali di antidolorifici sono:

- antidolorifici leggeri, come l'aspirina e il paracetamolo
- antidolorifici medi e forti come i farmaci oppioidi.



## Nomi dei medicinali

Tutte i medicinali hanno due nomi: un nome generico e un nome commerciale. Ogni medicinale ha un solo nome generico, ma se viene venduto da più di un'azienda avrà diversi nomi commerciali. Per esempio, il medicinale dal nome generico "morfina" è disponibile in diversi nomi commerciali, tra cui MS, Contin<sup>R</sup> e Kapanol<sup>R</sup>.

### *Dati riguardanti le differenze tra la morfina e gli altri oppioidi*

Ci sono molti oppioidi diversi, tra cui la morfina, la petidina, il fentanyl, l'ossicodone e la codeina.

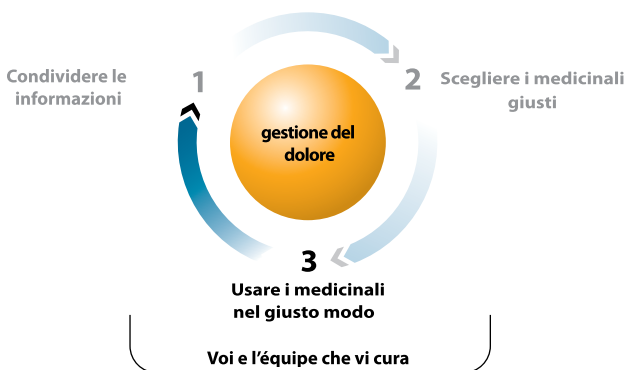
Le differenze tra questi medicinali comprendono

- il tempo che impiegano a fare effetto (insorgenza d'azione)
  - azione immediata
  - azione ritardata
- il tempo di durata (durata d'azione)
  - breve durata d'azione (per poco tempo)
  - lunga durata d'azione (per molto tempo), gli oppioidi sono progettati per essere rilasciati lentamente e per durare un'intera giornata
- come vengono presi (modalità di somministrazione)
  - via orale (compresse, capsule, liquidi o spray)
  - per via rettale (supposte)
  - mediante iniezione cutanea, endovenosa o intramuscolare (iniezione singola, flebo o servosiringa)
  - per via cutanea (cerotto)
- possibili effetti collaterali.

Al momento della scelta di un medicinale, il vostro medico sceglierà quello più adatto ai vostri bisogni. Per esempio, può esservi prescritto un oppioide a lunga durata d'azione e a lento rilascio da prendere due volte al giorno in modo da fornire continuo sollievo dal dolore nell'arco della giornata. Inoltre, può esservi prescritto un antidolorifico a breve durata d'azione per darvi ulteriore sollievo quando svolgete attività, come quando fate il bagno.



## Fase 3: Usare i medicinali nel giusto modo



La terza fase del ciclo di gestione del dolore è l'uso degli oppioidi in modo appropriato. Le norme generali per l'uso degli oppioidi non sono diverse da quelle per gli altri medicinali.

### Seguire le indicazioni mediche

Prendete le medicine regolarmente agli orari prescritti (o il più vicino possibile a quegli orari) per beneficiarne al massimo. Per esempio, prendendo in ritardo un oppioide, che impiega due ore a fare effetto, potreste avvertire dolore, che potrebbe invece essere evitato.

### Conoscere e organizzare i propri medicinali

Sapere quando, come e perché usare gli oppioidi e sapere a chi chiedere in caso di necessità è basilare per alleviare il dolore. Se avete qualsiasi domanda riguardo i vostri medicinali, chiedete al medico, all'infermiere o al farmacista. Ricordate: tutte le domande sono domande utili.

È anche essenziale organizzare i farmaci ed averne un'adeguata scorta a portata di mano, così da non esserne mai sprovvisti. Chiedete consigli al farmacista e chiedetegli di suddividere settimanalmente i vostri farmaci in appositi contenitori settimanali.



## Costo dei vostri medicinali

La maggior parte degli oppioidi sono forniti sotto il Pharmaceutical Benefits Scheme o PBS (cioè il piano farmaceutico nazionale), quindi il loro costo è sovvenzionato dal governo australiano. Se avete difficoltà a pagare i vostri farmaci, ditelo al vostro medico in modo che vi prescriva medicinali che potete permettervi. Chiedete inoltre al vostro farmacista come risparmiare sui medicinali.

### *Dati riguardanti l'uso appropriato degli oppioidi*

Usare gli oppioidi in modo appropriato significa:

- Conservare le medicine alla giusta temperatura e lontano dalla portata dei bambini
- Misurare le dosi in modo preciso e accurato
- Sapere quando va bene frantumare e dimezzare le compresse e mischiarle con altre sostanze
- Creare dei promemoria che vi aiutino a prendere i medicinali al giusto orario
- Annotare l'ora di assunzione dei medicinali
- Annotare gli effetti dei medicinali, specialmente eventuali effetti collaterali o reazioni insolite e parlarne al medico il prima possibile
- Sapere cosa fare se saltate o dimenticate una dose (ad esempio se prenderla quando ve ne ricordate o attendere la successiva dose prevista)
- sapere se si possono bere alcolici: piccole quantità di alcol vanno bene di solito, ma l'alcol potrebbe indurre sonnolenza
- sapere se si può guidare o se si possono usare macchinari
- non saltare di proposito una dose o cambiare i vostri medicinali senza avvisare il vostro medico
- consegnare tutti i farmaci inutilizzati al farmacista.



## **Concentrarsi sui dati riguardanti la morfina e gli altri oppioidi**

Ci sono molte credenze sugli oppioidi. Conoscere i dati vi aiuterà ad usare gli oppioidi in modo corretto. Ecco i dati.

### **La morfina e gli altri oppioidi servono a migliorare la vita, non ad accelerare la morte**

Alcune persone a cui è prescritto l'uso di oppioidi temono che questo indichi che la loro fine sia imminente.

Alleviare il dolore cambierà la qualità della vostra vita – non la lunghezza.

### **Tutti i medicinali possono avere effetti collaterali – gli effetti collaterali degli oppioidi sono gestibili**

A volte le persone temono che gli effetti collaterali degli oppioidi siano peggiori del dolore. Non tutti avranno effetti collaterali e quasi tutti gli effetti collaterali sono temporanei e gestibili.

Essere al corrente dei potenziali effetti collaterali vi aiuterà a gestirli se dovessero presentarsi. I potenziali effetti collaterali degli oppioidi comprendono:

- Stitichezza – può essere alleviata assumendo regolarmente lassativi
- Nausea e vomito – di solito sono solo temporanei e possono essere alleviati con dei medicinali
- Sonnolenza o confusione – possono presentarsi per poco tempo, dopo l'inizio della cura o dopo l'aumento della dose
- Bocca secca – può migliorare col tempo
- Prurito - può migliorare col tempo.

Informate immediatamente il vostro medico di eventuali effetti collaterali, della loro gravità e di quando si presentano. Il vostro dottore potrebbe alleviarli cambiando la dose o la medicina.

### **Gli oppioidi non danno dipendenza se usati per il dolore**

Quando è il vostro medico a scegliere la giusta dose di oppioidi per il dolore, questi non vi creeranno dipendenza. La dipendenza si verifica solo quando non si ha dolore e si abusa di oppioidi.



## **Gli oppioidi non vi impediscono di sapere come sta progredendo la vostra malattia**

Alcune persone smettono di prendere gli antidolorifici perché temono che i medicinali “nascondano” la progressione della loro malattia e che non riescano così a sapere come stanno realmente.

Gli antidolorifici non impediranno al vostro medico di monitorare il progredire della vostra malattia perché esistono altri modi per farlo.

## **Spesso è più facile alleviare il dolore nei suoi primi stadi**

Alcune persone informano il loro medico del dolore quando questo peggiora. Tuttavia è solitamente più facile gestire il dolore nei suoi primi stadi.

Prima si condividono le informazioni riguardanti il dolore, più gestibile sarà il dolore in seguito.

## **Se i vostri antidolorifici non funzionano bene come una volta, possono essere regolati per alleviare il dolore nuovamente**

Le persone spesso temono che i loro antidolorifici diventino meno efficaci. Col tempo, il vostro corpo potrebbe abituarsi a un oppioide, la cosiddetta tolleranza.

Se i vostri medicinali non funzionano bene come una volta, ditelo al vostro medico in modo da alleviare nuovamente il vostro dolore

- Aumentando la dose
- Prescrivendo un medicinale diverso
- Scegliendo un diverso modo di somministrazione
- Prescrivendo una combinazione di medicinali.

## **Avere un dolore episodico non sempre significa che il vostro piano di gestione del dolore non funzioni**

Il dolore episodico è un dolore che si presenta mentre il piano di gestione del dolore è in atto. Può significare che gli oppioidi non sono stati presi come prescritto o che il vostro medico deve rivedere il piano.

## **La gestione del dolore può migliorare molti aspetti della vostra vita**

Alcune persone temono che l'uso di oppioidi possa limitare il loro stile di vita. Tuttavia è il dolore e non l'uso di medicinali che limita la vostra gioia di vivere. Senza dolore, vi sentirete probabilmente meglio, avrete più energia, maggiore appetito e sarete più indipendenti.

## Volete ulteriori informazioni?

Le migliori fonti di informazione per voi sono il vostro medico e l'équipe che vi cura.

Ci potranno essere momenti in cui desidererete ulteriori informazioni da una delle tante organizzazioni che forniscono assistenza ai pazienti e alle loro famiglie.

### Riguardo alle **cure palliative**

Cure Palliative Australiano (Palliative Care Australia - PCA) può indirizzarvi all'associazione di cure palliative del vostro stato o territorio. Il sito internet di PCA contiene informazioni utili riguardo alle cure palliative, un elenco dei servizi di cure palliative e un esempio di diario del dolore e del grafico delle medicine.

**t:** 1800 660 055 (orario d'ufficio)

**w:** [www.palliativecare.org.au](http://www.palliativecare.org.au)

### Riguardo al dolore, **agli antidolorifici, ai diari del dolore ed ai grafici delle medicine**

Il vostro medico generico può rispondere alle vostre domande e fornirvi informazioni riguardo al dolore e agli antidolorifici e fornirvi diari del dolore e grafici delle medicine. Consultare anche il sito internet di PCA.

### **Informazioni sui farmaci**

I farmacisti di Medicines Line possono rispondere alle vostre domande sui farmaci, al costo di una chiamata locale. Ricordate di dire loro che i vostri farmaci sono prescritti per la palliazione.

**t:** 1300 888 763 (orario d'ufficio)

### Controllo **dei medicinali a domicilio**

Il vostro farmacista o medico generico può richiedere che il farmacista venga a casa vostra e vi aiuti ad organizzare i medicinali.

### Se vi prendete **cura di un'altra persona**

I Centri Risorse Accompagnatori del Commonwealth (Commonwealth Carer Resource Centres) offrono servizi e informazioni per gli accompagnatori familiari.

**t:** 1800 242 636

**w:** [www.carersaustralia.com.au](http://www.carersaustralia.com.au)

### **Clausola esonerativa**

PCA rende noto che le informazioni in questo opuscolo non costituiscono consigli medici. Si raccomanda di prendere le decisioni sulla vostra salute consultando il vostro medico.

© Palliative Care Australia 2010

### **Ringraziamenti**

Iniziativa patrocinata dal Ministero della Salute e dell'Assistenza degli Anziani del Governo australiano.



Australian Government  
Department of Health and Ageing



Palliative  
Care  
Australia