Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

紧急医疗中心和对症医疗诊所护理出院指导：疼痛

本信息介绍了紧急医疗中心 (UCC)/对症医疗诊所 (SCC) 针对疼痛的护理出院指导。

疼痛

如果您需要服用止痛药，请在做使疼痛加重的事情之前服用。

尝试放松练习（如深呼吸）或冥想，以减轻疼痛。

跟踪记录疼痛好转和加重的原因。 您的医疗保健团队可以借助这些信息来更好地治疗您的疼痛。 请列出您服用的药物、对缓解疼痛的帮助程度以及疼痛缓解的持续时间。

描述疼痛时，您可以给它评定一个从 0 到 10 的分数。0 表示无疼痛，10 表示迄今为止最严重的疼痛。

请将止痛药放置在远离访客，且儿童和宠物接触不到的安全地方。

许多止痛药会引起便秘（排便困难），因此需要您记录排便情况。如果您的医疗保健提供者告知您服用预防便秘的药物，请遵照医嘱服用。

如果出现以下情况，请致电您的 MSK 医疗保健团队或前往最近的急诊室就诊：

- 服用止痛药后疼痛并没有缓解。
- 新发疼痛或疼痛加重。
- 新发睡眠问题或思维障碍或情况加重。
- 呼吸短促。
- 难以保持清醒来完成日常事务。

您的医疗团队可能会指导您前往所在地区的对症医疗诊所 (SCC)/紧急医疗中心 (UCC) 就诊。

请在出院后与您的 MSK 医疗保健团队完成随访。

您可以在 MSK 的患者和照护者教育库中搜索关于该主题以及许多其他主题的信息，网址为 www.mskcc.org/pe

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Urgent Care Center and Symptom Care Clinic Nursing Discharge Instructions: Pain - Last updated on April 17, 2026
Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利