

## Acerca del tratamiento de su dolor

### *Respuestas a preguntas comunes sobre los opioides*

*Este folleto explica los objetivos del tratamiento del dolor con medicamentos opioides. Revisa las pautas que se espera que siga, información sobre los riesgos y beneficios del tratamiento, y cómo surtir el medicamento.*

*Este material se suma a las pláticas que tiene con sus proveedores de salud. Es importante que comprenda por completo esta información. Lea este folleto con detenimiento.*

### ¿Por qué necesito tomar opioides?

Los principales objetivos del tratamiento con opioides son reducir el dolor y mejorar la función. Usted y su proveedor médico han decidido usar medicamentos opioides que podrían aliviar su dolor. Los opioides pueden ayudar a reducir su dolor, y reducir su dolor puede ayudar a mejorar su funcionamiento. **Tenga en cuenta que los opioides rara vez eliminan el dolor por completo.**

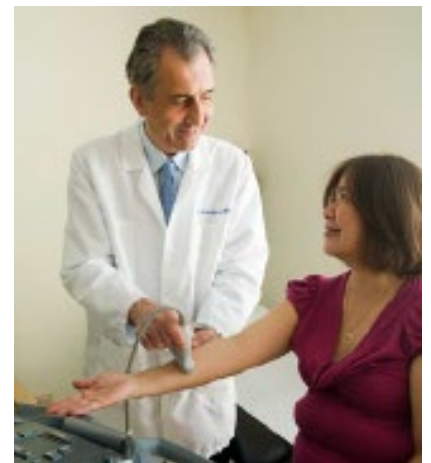
### ¿Qué necesito hacer?

Cuando toma opioides, es importante que comprenda los posibles riesgos y beneficios. También debe seguir las pautas de este folleto y comuníquenos qué espera de nosotros.

### ¿Qué puedo esperar?

Le pediremos que firme un Acuerdo de Atención del Paciente para el Tratamiento del Dolor para que tanto usted como el proveedor entiendan cómo procederá este tratamiento. A todos los pacientes que reciben opioides se les pide que firmen este tipo de acuerdo.

Usted y su proveedor hablarán sobre el uso de una escala del dolor para vigilar y describir su dolor. De esta manera, cuando venga a la clínica, puede informarle al proveedor si o que tanto su dolor se ha reducido.



*Su proveedor trabajará con usted para ajustar los niveles de su medicamento según sea necesario.*

Cuando venga a la clínica, su proveedor también le hablará sobre cómo los opioides están afectando su función. Por ejemplo, su proveedor podría querer saber que tanta distancia puede caminar, por cuánto tiempo puede permanecer sentado, si no puede hacer las tareas del hogar, o si puede hacer ciertas actividades.

Su proveedor trabajará con usted para ajustar los niveles del medicamento para encontrar el equilibrio adecuado entre el alivio del dolor, mejorar su función y los efectos secundarios. Es probable que su proveedor quiera realizar análisis de droga con la orina o la sangre para ayudar a guiar su tratamiento.

La mayoría de los expertos están de acuerdo que las dosis altas de opioides en realidad pueden empeorar algunos tipos de dolor, por lo tanto, su proveedor puede informarle que hay una dosis la cual no podrá aumentar más. Los “brotos,” cuando el dolor empeora son comunes. Por lo general, no deben ser tratados incrementando la dosis o tomando medicamentos adicionales.

## **¿Qué medicamentos se utilizarán?**

Hay muchos tipos de medicamentos opioides, tanto naturales y sintéticos. Hay muchos tipos porque no todos funcionan de la misma manera para cada persona. Además, los efectos secundarios varían de persona a persona. Su proveedor le hablará sobre qué medicamento es probable funcione mejor para usted.

## **¿Cuáles son los efectos secundarios comunes y los riesgos de los opioides?**

- La mayoría de las personas que toman opioides desarrollan una dependencia física con el tiempo. Pueden volverse tolerantes a los efectos analgésicos de los opioides en dosis prescritas seguras. También pueden desarrollar una dependencia psicológica.
- Las mujeres embarazadas no deben tomar opioides. Tomar opioides durante el embarazo puede dañar al feto. Los niños nacidos de madres que toman opioides probablemente serán físicamente dependientes de medicamento al nacer.
- La mayoría de los expertos están de acuerdo en que las personas con antecedentes de abuso de sustancias o adicciones no deben usar opioides debido al alto riesgo de adicción. Si tiene antecedentes de abuso de sustancias o adicción de cualquier otro tipo, debe de informarlo a su proveedor. Es posible que necesite un tipo diferente de tratamiento. (Consulte “¿Qué otros tipos de terapias se pueden usar para tratar el dolor?” en la página 4.)



*Para ayudar a evitar el estreñimiento mientras toma opioides, aumente la cantidad de alimentos ricos en fibra que consume.*

Su proveedor hablará con usted sobre los efectos secundarios que pueden ocurrir con el medicamento que está tomando. Algunos de los efectos secundarios comunes de los opioides son:

### **Estreñimiento**

Los medicamentos opioides a menudo causan estreñimiento. La mayoría de las veces, el estreñimiento se trata con uno o más de estos métodos:

- Aumente la cantidad de líquidos que bebe. No aumente los líquidos que contienen cafeína o azúcar, como el café o la cola.
- Aumente el consumo de alimentos ricos en fibra.
- Tome un ablandador de heces o un laxante, si su proveedor los sugiere.

### **Sensación de somnolencia**

Muchas medicinas opioides pueden causar somnolencia, niebla mental, tiempo de reacción más lento, problemas para concentrarse y la pérdida de la coordinación. No conduzca ni use máquinas hasta que esté seguro de que hacerlo no lo pondrá a usted ni a otros en peligro.

Es posible que deba tomar un medicamento durante 1 semana o más antes de saber si puede conducir de manera segura mientras lo toma. Asegúrese de que no afecte su nivel de lucidez o su capacidad de pensamiento. Si está involucrado en un accidente de tráfico mientras toma opioides, la policía puede acusarlo de “conducir bajo la influencia” (DUI por sus siglas en inglés).

<b>Otros efectos secundarios</b>	<b>Síntomas de abstinencia</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salpullido y/o picazón</li> <li>• Ojos secos</li> <li>• Visión borrosa</li> <li>• Malestar estomacal</li> <li>• Incapacidad para orinar</li> <li>• Presión arterial baja, ritmo cardíaco lento</li> <li>• Estado de ánimo deprimido</li> <li>• Respiración lenta</li> <li>• Problemas con el equilibrio</li> <li>• Disminución del deseo sexual (en los hombres, disminución de la testosterona)</li> <li>• Posible disminución de la inmunidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudoración</li> <li>• Náusea</li> <li>• Dolor abdominal</li> <li>• Diarrea</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Latidos rápidos del corazón</li> <li>• Dolor muscular</li> </ul>

## ¿Qué otros tipos de terapia pueden ser usados para ayudar a tratar el dolor?

- Pregúntele a su proveedor de atención médica si alguno de estos puede ser útil para usted.
- Ejercicio, masaje, hipnosis u otras terapias alternativas útiles.
- Otro tipo de medicinas (anticonvulsivos, antiinflamatorios y antidepresivos).
- Reunirse con un consejero para terapia psicológica y conductual.
- Estimuladores nerviosos eléctricos transcutáneos (TENS por sus siglas en inglés) que utilizan la estimulación eléctrica de los nervios para interrumpir las señales de dolor.
- Estimuladores de la médula espinal (SCS por sus siglas en inglés) que se implantan y emiten pulsos eléctricos que interfieren con las señales de dolor al cerebro.

## Pautas a seguir

- Esperar que el personal de nuestra oficina lo trate con respeto y cortesía. Por favor, trátelos de la misma manera.
- Si tiene un problema con alguien de nuestro personal, infórmelo a su proveedor.
- Sea honesto con su proveedor. Es vital que proporcione información completa y precisa. Su proveedor necesita saber:
  - Su historial de salud, que puede incluir obtener copias de su expediente médico anterior.
  - Quién lo ha tratado en el pasado.
  - Sobre cualquier tratamiento para el dolor que haya recibido anteriormente.
  - Sus antecedentes de consumo de alcohol y drogas, incluyendo cualquier adicción.
- No pida consejo al personal de la oficina sobre los medicamentos o permiso para hacer cambios en sus medicamentos. El único personal que puede hacer cambios y ajustes en las medicinas es su proveedor, una enfermera (solo después de hablar con su proveedor), o un proveedor que cubra a su proveedor en su ausencia.
- Dese tiempo para adaptarse a los cambios de medicamentos o ajustes a sus dosis. Estos cambios pueden causar nuevos efectos secundarios que pueden tardar unos días en mejorar.

- Mientras esté tomando opioides **NO** beba alcohol ni tome drogas ilegales. Hacerlo es muy peligroso. Puede causar daño cerebral, lesiones graves o la muerte.
- **Nunca** tome analgésicos que no le hayan recetado.
- **Nunca** comparta su receta con otros. Es peligroso e ilegal.

## Visitas de Consulta

Algunos problemas de dolor son difíciles de tratar. Es posible que su proveedor quiera que consulte con uno o más proveedores. La consulta puede ser con alguien en de la misma especialidad que su proveedor o con alguien con capacitación en una especialidad diferente.

El propósito de la consulta es ayudar a diagnosticar la causa de su dolor o explorar formas de tratarlo.

Conserve su cita si es referido para una visita de consulta. Su proveedor hablará con el consultor después de su visita.

## Trate sus recetas y medicinas como si fueran dinero en efectivo.

El Departamento de Salud y la Admiración para el Control de Drogas de los EE.UU. controlan de forma estricta las recetas. Revisan de cerca todas las recetas escritas para opioides. Estas recetas se escriben por un tiempo determinado y se espera que duren ese tiempo establecido.

Trate sus recetas como si fueran dinero en efectivo. Al igual que el dinero en efectivo, las recetas perdidas, robadas o dañadas **NO** serán reemplazadas.

Esta es también la forma en que debe tratar sus medicinas. No se reemplazarán hasta que se permita el surtido. Para mantener su receta segura:

- **No** abra los medicamentos sobre el lavabo o el inodoro.
- **No** deje sus medicamentos donde otros miembros del hogar puedan tener acceso a ellos.

Recuerde, si usa su medicamento antes del tiempo programado para volver a surtirlo porque toma demasiado, no podremos darle el surtido.

## ¿Cómo obtener los surtidos?

- La manera de obtener un surtido depende de los tipos de medicamentos que toma. Algunos medicamentos se pueden pedir en una farmacia. Otros tipos requieren una receta por escrito. Su proveedor le dirá lo que debe hacer en el momento en que le receten sus medicamentos.

- Utilice solo 1 farmacia para reabastecer sus medicamentos. Solo 1 proveedor debe recetarle sus analgésicos, así como cualquier otro medicamento que pueda afectar al estado de lucidez o el pensamiento, como pastillas para dormir, tranquilizantes y relajantes musculares.
- Si su compañía de seguros requiere que su proveedor de atención primaria (PCP por sus siglas en inglés) escriba todas sus recetas, estaremos encantados de trabajar con PCP para asegurarnos de que las recetas se escriban para los medicamentos y las dosis correctas.
- Para los surtidos que se pueden ordenar por teléfono, llame a nuestra oficina, \_\_\_\_\_ **días hábiles antes de que caduque su receta.** Esto le da tiempo a su proveedor para revisar su expediente antes de aprobar el surtido.

### Cuándo llamar al proveedor

- **Si tiene una mala reacción a su medicamento**, o cree que está teniendo una, deje de tomarlo de inmediato y llame a su proveedor o clínica.
- Si cree que es necesario ajustar la dosis de su medicamento, hable con su proveedor. No cambie la dosis por su cuenta. Es posible que deba hacer una cita con su proveedor para esto.
- Si le recetan un medicamento opioide para un problema nuevo o agudo, como una fractura de hueso, una cirugía o un problema dental, asegúrese de:
  - Informe a este proveedor sobre los otros medicamentos para el dolor que toma, para que pueda decidir si es seguro para usted tomar todos los medicamentos recetados juntos. Tenga en cuenta que este es el único momento en que está bien que otro proveedor le escriba una receta para un medicamento opioide.
  - Llame a su proveedor o clínica para informarnos que está tomando otros opioides. Queremos saber cuánto tiempo se espera que dure la afección. Es posible que debamos coordinarnos con el otro proveedor para asegurarnos que solo un proveedor este escribiendo recetas para usted.
  - Continúe tomando sus medicamentos habituales según lo recetado.
- Llame a su proveedor o clínica cada vez que reciba una receta para un nuevo medicamento para el dolor, incluidos los medicamentos no opioides, de un proveedor fuera de esta clínica.

### ¿PREGUNTAS?

Sus preguntas son importantes. Llame a su médico o proveedor de salud si tiene preguntas o inquietudes.

Clínica:

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Proveedor: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

## About Your Pain Management

### *Answers to common questions about opioids*

*This handout explains the goals of managing pain with opioid medicines. It reviews the guidelines that you are expected to follow, information about the risks and benefits of treatment, and how to get refills.*

*This material is in addition to the talks you have with your healthcare providers. It is important that you fully understand this information. Please read this handout thoroughly.*

### Why do I need to take opioids?

The main goals of opioid treatment are to reduce pain and improve function. You and your healthcare provider have decided that using opioid medicine might help your pain. Opioids may help reduce your pain, and reducing your pain may help improve your function.

**Please know that opioids rarely get rid of all pain.**

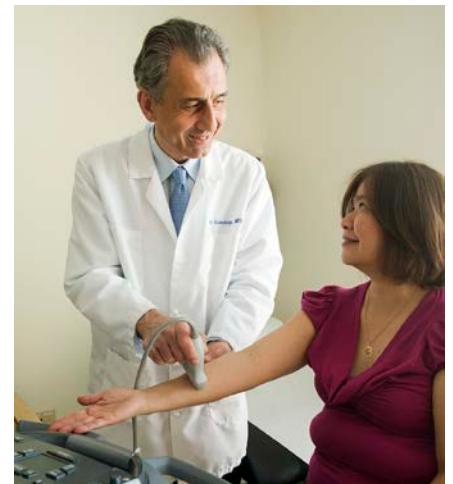
### What do I need to do?

When you take opioids, it is important that you understand the possible risks and benefits. You must also follow the guidelines in this handout and tell us what you expect from us.

### What can I expect?

We will ask you to sign a Pain Management Patient Care Agreement so that both you and your provider understand how this treatment will proceed. All patients who receive opioids are asked to sign this type of agreement.

You and your provider will talk about using a pain scale to both monitor and describe your pain. This way, when you come to the clinic, you can tell the provider if or how much your pain has been reduced.



*Your healthcare provider will work with you to adjust your medicine levels as needed.*

When you come to the clinic, your provider will also talk with you about how the opioids are affecting your function. For instance, your provider may want to know how far you can walk, how long you can sit, if you are able to do housework, or if you can do certain activities.

Your provider will work with you to adjust your medicine levels to find the right balance between pain relief, improved function, and side effects. Your provider will likely want to use urine or blood drug tests to help guide your treatment.

Most experts agree that high doses of opioids may actually make some kinds of pain worse, so your provider may tell you there is a dose you cannot go above. “Flare-ups,” when pain gets worse, are common. They should not usually be treated by increasing the dose or taking extra medicine.

### **What medicines will be used?**

There are many types of opioid medicines, both natural and man-made. There are many types because they do not all work the same way for each person. Also, the side effects vary from person to person. Your provider will talk with you about which medicine is likely to work best for you.

### **What are the common side effects and risks of opioids?**

- Most people who take opioids develop a physical dependency over time. They may become tolerant to the pain-relieving effects of the opioids at safe prescribed doses. They may also develop a psychological dependency.
- Women who are pregnant should not take opioids. Taking opioids during pregnancy may harm the unborn child. Children born to mothers on opioids will likely be physically dependent on the medicine at birth.
- Most experts agree that people with a history of substance abuse or addiction should not use opioids because of the high risk of addiction. **If you have a history of substance abuse or addiction of any type, you must tell your provider.** You may need a different type of treatment. (See “What other types of therapies may be used to treat pain?” on page 4.)





*To help avoid constipation while you are taking opioids, increase the amount of high-fiber foods you eat.*

Your provider will talk with you about side effects that may occur with the medicine you are taking. Some of the common side effects of opioids are:

### **Constipation**

Opioid medicines often cause constipation. Most times, constipation is treated with one or more of these methods:

- Increasing the amount of fluids you drink. Do **not** increase fluids that contain caffeine or sugar, such as coffee or cola.
- Increasing the amount of high-fiber foods you eat.
- Taking a stool softener or laxative, if your provider suggests one.

### **Feeling Drowsy**

Many opioid medicines can cause drowsiness, mental fog, slowed reaction time, problems concentrating, and loss of coordination. Do **not** drive or use machines until you are sure that doing so will not put you or others at risk.

You may have to be on a medicine for 1 week or longer before you know if you can drive safely while taking it. Make sure that it does not affect your level of alertness or your thinking ability. If you are involved in a traffic incident while you are taking opioids, the police can charge you with “driving under the influence” (DUI).

<b>Other Side Effects</b>	<b>Withdrawal Symptoms</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rash and/or itching</li> <li>• Dry eyes</li> <li>• Blurred vision</li> <li>• Upset stomach</li> <li>• Inability to urinate</li> <li>• Low blood pressure, slow heart beat</li> <li>• Depressed mood</li> <li>• Slowed breathing</li> <li>• Problems with balance</li> <li>• Lower sex drive (in men, decreased testosterone)</li> <li>• Possible decreased immunity</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sweating</li> <li>• Nausea</li> <li>• Abdominal pain</li> <li>• Diarrhea</li> <li>• Anxiety</li> <li>• Rapid heart beat</li> <li>• Muscle aches</li> </ul>

## What other types of therapies may be used to help treat pain?

Ask your healthcare provider if any of these may be helpful for you.

- Exercise, massage, hypnosis, or other helpful alternative therapies
- Other types of medicines (anticonvulsants, anti-inflammatories, and antidepressants)
- Meeting with a counselor for psychological and behavioral therapy
- *Transcutaneous electrical nerve stimulators* (TENS) that use electrical stimulation of nerves to disrupt pain signals
- *Spinal cord stimulators* (SCS) that are implanted and give off electrical pulses that interfere with pain signals to the brain

## Guidelines to Follow

- Expect our office staff to treat you with respect and in a polite manner. Please treat them the same way.
- If you have a problem with anyone on our staff, tell your provider.
- Be honest with your provider. It is vital that you provide full and accurate information. Your provider needs to know:
  - Your health history, which may include getting copies of past medical records
  - Who has treated you in the past
  - About any pain treatment you have had in the past
  - Your history of alcohol and drug use, including any addictions
- Do not ask office staff for advice about medicines or permission to make changes in your medicines. The only staff who can make medicine changes and adjustments are your provider, a nurse (only after talking with your provider), or a provider who is covering for your provider in their absence.
- Give yourself time to adjust to medicine changes or adjustments to your doses. These changes may cause new side effects that may take a few days to get better.

- While you are taking opioids, do **NOT** drink alcohol or take street drugs. Doing so is very dangerous. It can cause brain damage, severe injury, or death.
- **Never** take pain medicine that is not prescribed for you.
- **Never** share your prescription with others. It is dangerous and illegal.

## Consult Visits

Some pain problems are hard to treat. Your provider may want you to consult with one or more other providers. The consult may be with someone in the same specialty as your provider or with someone with training in a different specialty.

The purpose of the consult is to help diagnose the cause of your pain or to explore ways to treat it.

Please keep your appointment if you are referred for a consult visit. Your provider will talk with the consultant after your visit.

## Treat Your Prescriptions and Medicines Like Cash

The U.S. Department of Health and Drug Enforcement Administration strictly controls prescriptions. They closely check all prescriptions written for opioids. These prescriptions are written for a set time and are expected to last for that set time.

Treat your prescriptions like cash. Just like cash, prescriptions that are lost, stolen, or damaged will **NOT** be replaced.

This is also the way you should treat your medicines. They will not be replaced until a refill is allowed. To keep your prescription safe:

- Do **not** open medicines over the sink or toilet.
- Do **not** leave your medicines where other members of the household may have access to them.

Remember, if you use up your medicine before the time scheduled for refill because you take too much, we cannot give you a refill.

## How to Get Refills

- How you get a refill depends on the types of medicine you take. Some medicines can be called into a pharmacy. Other types require a written prescription. Your provider will tell you what you need to do at the time your medicines are prescribed.

- Please use only 1 pharmacy for your medicine refills. Only 1 provider should prescribe your pain medicines, as well as any other medicines that might affect alertness or thinking, such as sleeping pills, tranquilizers, and muscle relaxers.
- If your insurance company requires your primary care provider (PCP) to write all of your prescriptions, we will be happy to work with your PCP to make sure that prescriptions are written for the correct medicines and dose amounts.
- For refills that can be called in, **call our office \_\_\_\_ business days BEFORE your prescription expires**. This gives your provider time to review your records before approving the refill.

### When to Call Your Provider

- **If you have a bad reaction to your medicine**, or think you are having one, stop taking it right away and call your provider or clinic.
- If you think your medicine dose needs adjusting, talk with your provider. Do **not** change the dose on your own. You may need to make an appointment with your provider for this.
- If you are prescribed an opioid medicine for a new or acute problem, such as a broken bone, surgery, or dental problem, be sure to:
  - Tell this provider about the other pain medicines you take, so that they can decide if it is safe for you to take all the prescribed medicines together. Please note that this is the **only** time when it is OK for another provider to write a prescription for you for an opioid medicine.
  - Call your provider or clinic to tell us that you are taking other opioids. We will want to know how long the condition is expected to last. We may need to coordinate with the other provider to make sure that only 1 provider is writing prescriptions for you.
  - Keep taking your regular medicines as prescribed.
- Call your provider or clinic every time you receive a prescription for a new pain medicine, including non-opioid medicines, from a provider outside of this clinic.

### Questions?

Your questions are important. Call your doctor or health care provider if you have questions or concerns.

Clinic: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Phone: \_\_\_\_\_

Provider: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Phone: \_\_\_\_\_