



# שאלון לרופא מומחה כאב

## שאלות שכדאי לשקול לשאול את הרופא שלך

- האם אתה יודע מה גורם לכאב שלי, או האם יש צורך בבדיקות כדי לאשר את האבחנה שלך?
- האם עלי להמשיך טיפול במסגרת טיפול בכאב בלבד, או שעלי להרחיב את צוות ניהול הכאב שלי למומחים נוספים?
- האם ניתן לרפא את הכאב שלי, או שעלי להתאים מחדש את הציפיות שלי לניהול הכאב שלי?
- האם לכאב שלי יש טריגרים שעלי להימנע מהם (כגון מזונות מסוימים או ניחוחות)?
- אילו סוגי טיפולי כאב עשויים להיות אופציה עבורי?
- מהם הסיכונים, היתרונות ותופעות הלוואי של טיפולים אלו?
- אילו טיפולים אתם ממליצים לי להמשיך ולמה?
- לאיזו רמה של הקלה בכאב עליי לצפות ממהלך הטיפול המומלץ שלך?
- האם יש טיפולים אלטרנטיביים, כגון עיסוי או דיקור, שאוכל לחקור?

- האם שינויים באורח החיים, כגון תזונה או פעילות גופנית, יעזרו להפחית את הכאב שלי?

המלצה: להביא איתך את השאלות וההערות שלך לפגישה. פעולה זו יכולה לעזור לך להפיק את המרב מהזמן עם הרופא, ולהעלות את אחוזי ההצלחה שלך לצאת עם מידע הדרוש כדי להבין את האבחון ואת אפשרויות הטיפול שלך.

העמותה למתמודדי כאב בישראל (ע"ר 580752137)

[painisrael.npo@gmail.com](mailto:painisrael.npo@gmail.com)

[www.painisrael.org](http://www.painisrael.org)