



## 帮助遭受疼痛折磨的人

想办法帮助受苦的人

主页 > 疼痛 > 帮助遭受疼痛折磨的人

### 帮助遭受疼痛折磨的人

## 帮助遭受疼痛折磨的人

生活在疼痛中可能是一种令人感到沮丧、虚弱和孤独的经历。如果你注意到一个家庭成员或朋友生活在疼痛之中，你有很多方法可以帮助他们。

第一步是了解他们的感受，询问他们需要做什么，并提供你的物质和情感支持。

你可以帮助你所认识的生活在疼痛之中的人。



帮助他们描述其疼痛症状，包括疼痛的感觉和身体哪些部位感到疼痛。

鼓励他们向医生说明他们的疼痛症状和严重程度，并加入患者支持小组。

了解他们的疼痛管理计划，帮助确保他们遵从服药时间表和剂量。和他们谈谈他们的身体、情感和社交需求或局限性，了解如何帮助改善这些方面，以便他们保持良好的生活质量。

如果他们需要使用助行器或夹板，请提供帮助，并做出安排，确保他们的生活或工作环境更加安全和舒适。

PP-UPC-MYS-0060-23SEPT2021