

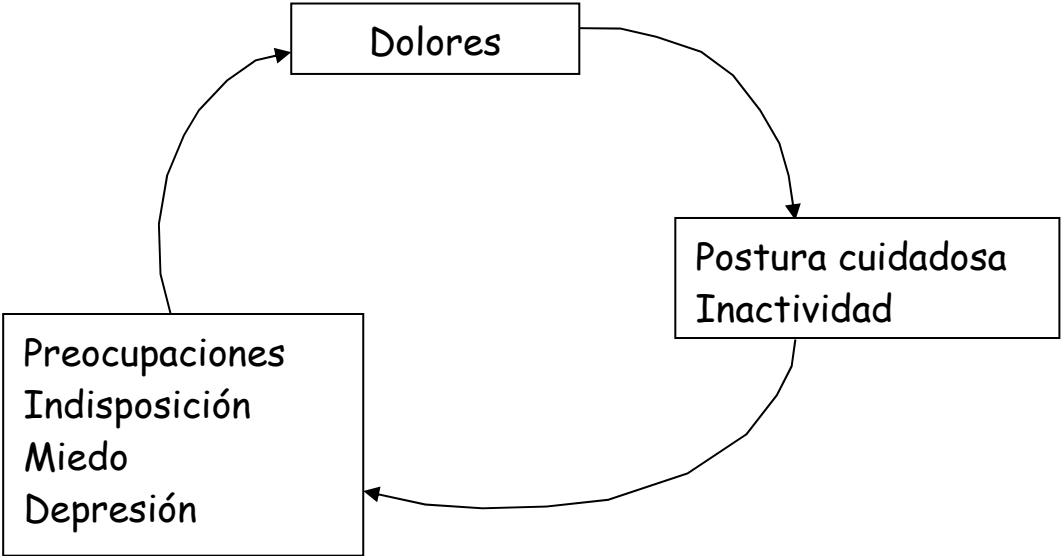
Tratamiento medicinal de las molestias por dolores

Los trastornos de dolores son muy frecuentes, particularmente en personas que han producido un gran esfuerzo físico durante muchos años de duro trabajo en su vida laboral. No obstante esto, la dimensión como los dolores afectan la calidad de vida y la capacidad laboral es muy diferente de persona en persona. La experiencia de estudios clínicos y también nuestro consultorio de asistencia muestran lo siguiente: Muchas personas intentan esconderse detrás de una presunta seguridad que ofrece la pensión, para huir de los dolores, de la inseguridad y las dificultades en el campo laboral o de la situación económica y familiar. Pero, hoy en día, los trastornos de dolores no pueden ser más los motivos de pensión. A veces observamos durante muchos años unos **desarrollos perjudiciales**: La lucha para la pensión se vuelve el asunto determinante de la propia existencia, y si una persona se queda por mucho tiempo sin empleo, se vuelve dependiente de la asistencia social, su vida se vuelve inútil y su cotidianidad aburrida. Muchas veces esto perjudica también el ambiente familiar. Personas que antes eran reconocidas y estimadas, de repente tienen la sensación de no tener ningún valor y manifiestan sentidos de inutilidad. Un tratamiento inmediato, muy consecuente y óptimo, es por lo tanto muy decisivo para una exitosa terapia de los dolores. Pues una vez que los dolores se vuelven crónicos, será más difícil y complejo liberarse de ellos.

El tratamiento de los dolores abarca diferentes niveles: hay que afrontar problemas sociales, en particular necesidades económicas o en la asistencia de los familiares (por ejemplo los hijos etc.). Los servicios sociales de Basilea ofrecen a este propósito muchas posibilidades importantes (por ejemplo consejos para el saneamiento de deudas etc.). Pero, el tratamiento con medicamentos efectivos es en la mayoría de los casos también necesario. **Los medicamentos ayudan a romper el círculo vicioso** de dolores crecientes, miedo, desaliento, desesperación e impotencia. Ellos actúan en las partes del cerebro que son responsables para el procesamiento de los dolores. Así que protegen a la persona en cuestión contra una percepción excesiva de los dolores. Además, si **tomados regularmente y en dosis apropiadas**, contribuyen generalmente a mejorar el humor de manera evidente. Muchas veces un mejoramiento de humor es la única condición para afrontar de nuevo la propia vida y de esta manera darle un sentido razonable. Pues lo determinante en el **tratamiento de los dolores es, que uno se vuelva de nuevo activo y que invierta gran parte del propio tiempo en terapias y otros ejercicios físicos de rehabilitación**. Seguido por el desarrollo de un tratamiento psicológico especial que ayuda a dar menos espacio al dolor.

Los medicamento prescritos por nosotros durante **el tratamiento de los dolores** no producen ninguna adicción. Tampoco alteran a la persona o provocan daños para el cuerpo. Los raros efectos colaterales son supervisados con frecuentes controles médicos, así que el tratamiento se puede definir como **muy seguro**. Si es necesario, colaboramos con todos los especialistas de dolores en la región de Basilea tratando de encontrar para cada paciente el mejor tratamiento posible. Los antidepresivos que se suministran durante el tratamiento provocan efectos colaterales en casi un tercio de los pacientes durante las primeras dos o tres semanas. Estos efectos pueden ser muy diferentes de paciente a paciente. Es importante comunicar estos **efectos colaterales** al médico para que juntos puedan encontrar la mejor manera de soportarlos. En nueve de diez casos los efectos colaterales desaparecen después de aumentar la dosis, y el paciente no se da más cuenta de que está tomando medicamentos. El **requisito** para que los medicamentos tengan efecto es **crear en el cuerpo un nivel de eficacia bastante alto**. Esto lo controlamos a través de frecuentes exámenes médicos. Contrariamente por ejemplo a las tabletas contra el dolor de cabeza, estos medicamentos se tienen que tomar muy regularmente e inicialmente durante un periodo de dos a tres años. **La certeza de que el paciente tome sus medicamentos regularmente y en la dosis prescrita, así como la frecuente realización de fisioterapia y otras medidas de activación, son los requisitos absolutos para que un tratamiento de los dolores pueda ser exitoso**. Personas que no se pueden imaginar de hacer esto, deberían hablar con el médico y buscar otras soluciones.

Conexión entre dolores, postura cuidadosa y estado de salud



Pacientes con dolores

Probablemente, por causa de sus dolores, se han producido también problemas en su entorno social. Es importante afrontar activamente estos problemas y, si es necesario, buscar ayuda en lugares adecuados.

La oficina de asistencia social concede, entre otras cosas, también una reducción de las primas para el seguro médico obligatorio. Si usted ya recibe una pensión de invalidez y si sus ingresos no son suficientes, es posible que se le concedan prestaciones complementarias y subsidios cantonales para la AHV (Seguro de vejez) y la IV (Seguro de invalidez).

En ciertos casos se puede también recibir una reducción del alquiler. Para averiguar una posible reducción del alquiler es necesario depositar una solicitud en esta oficina.

- Amt für Sozialbeiträge (Oficina de asistencia social), Grenzacherstrasse 62, Postfach, 4005 Basel, Tel. 061 267 86 65.

Una de las mejores direcciones en Basilea en caso de deudas es el Plus Minus Budget y Schuldenberatung (consulta de deudas), Ochsengasse 12, 40058 Basel. Aquí se puede averiguar, sin ningún compromiso, si en el caso suyo vale la pena o si es posible efectuar un saneamiento de deudas. También se ofrecen cursos para analizar la posibilidad de una eventual quiebra personal. En este lugar recibirá las informaciones que necesita.

- Plus Minus Budget und Schuldenberatung, Ochsengasse 12, 4058 Basel, Tel. 061 695 88 22.

En caso de desempleo diríjase al punto de contacto para desempleados donde recibirá asesoría concerniente al fin del derecho de indemnización, al manejo del desempleo y a los problemas con el seguro del desempleo, y si necesario con su patrón. La asesoría se tiene en alemán, inglés, francés, italiano y turco. Para traducciones en albanés, tamil y singalés es necesario pedir una cita.

- Kontaktstelle für Arbeitslose (Punto de contacto para desempleados), Greifengasse 7, 4058 Basel. Horarios: Lunes, Martes, Viernes de 09:00 a 12:00. Jueves de 16:00 a 17:00. Miércoles cerrado.

Además existe la Asociación suiza para personas con dolores crónicos, donde usted también puede recibir asesoría. Se ofrecen grupos de autoayuda personal, así como frecuentes presentaciones que se tienen únicamente en alemán.

- Vereinigung Schweizer Schmerzpatienten (Asociación suiza para personas con dolores crónicos), VSP Klingental 5, 4058 Basel.

Internet: www.schmerzpatienten.ch

Acompañamiento y asesoramiento para pacientes con dolores crónicos.

No obstante los dolores, es importante que usted forme su día de manera activa. Si usted no habla alemán, esto debería ser una de sus primeras actividades. Esto le abre nuevas perspectivas también en el tratamiento de su enfermedad.

- Sprachkurse der GGG (Cursos de idiomas de la GGG), im Schmiedenhof 10, Postfach 628, 4001 Basel, Tel. 061 269 97 97.
- ECAP Basel, Clarastrasse 17, 4005 Basel, Tel. 061 690 96 26.