



KAEDAH MENANGANI KESAKITAN

UBAT



- ▶ Acetaminophen
- ▶ COX-II
- ▶ NSAID
- ▶ Anti-depresi
- ▶ Anti-epileptik

- ▶ Penenang otot
- ▶ Opioids
- ▶ Gel Topikal
- ▶ Pelekat Analgesik

ALIH PERHATIAN



- ▶ Terapi muzik
- ▶ Menonton tv

- ▶ Imejan berpandu

APLIKASI SETEMPAT



- ▶ Tuaman Sejuk/ Panas
- ▶ Getaran

- ▶ Urut terapeutik

REHABILITASI



- ▶ Fisioterapi
- ▶ Pemulihan cara kerja

- ▶ Latihan kekuatan otot
- ▶ Latihan fungsi anggota
- ▶ Alat bantuan
- ▶ Contoh : splin dan orthosis

PERUBATAN TRADISIONAL & KOMPLEMENTARI



- ▶ Kiropraktik
- ▶ Yoga
- ▶ Akupuntur

- ▶ Terapi tenaga : terapeutik dan penyembuhan sentuhan

PERAWATAN MODEN



- ▶ Anestesia dan analgesia
- ▶ Teknik pembedahan moden

- ▶ Mengurangkan skor kesakitan sebelum, semasa dan selepas pembedahan

TERAPI PSIKOLOGI



- ▶ Teknik pernafasan
- ▶ Teknik rehatkan otak
- ▶ Terapi mengubah tingkah laku
- ▶ Sokongan keluarga

- ▶ Biofeedback
- ▶ Psikoterapi
- ▶ Meditasi
- ▶ Hipnosis