

# Il diritto a non soffrire

*Il farmacista dispone di numerose e diverse armi da proporre ai pazienti per alleviare il dolore che può presentarsi, per vari motivi, in ogni momento della vita.*

*Il suo ruolo è di cruciale importanza per capire la natura, l'entità e la durata del dolore e saper consigliare un rimedio direttamente in farmacia, oppure indirizzare al medico ove necessario.*

Elena  
Mattioli

Il dolore è una sensazione penosa dovuta a irritazione dei nervi sensoriali da danno, da eccesso di stimolazione, oppure provocata da una sofferenza emozionale. È stato definito anche il disordine universale, perché nessuno può pensare di vivere una vita senza mai provarlo. La percezione dello stimolo doloroso è estremamente soggettiva. Individui diversi rispondono in modo diverso a stimoli quali-quantitativi uguali: si parla di soglia del dolore. La soglia del dolore è influenzata nello stesso individuo anche dalle condizioni psico-fisiche dell'organismo. In ogni caso chi avesse soglia del dolore alta è fortunato, ma non è un suo merito. Così come dovrebbe essere chiaro a tutti che non è un demerito sentire dolore e dichiararlo. Il dolore produce il beneficio di segnalare che qualcosa non va e di cercare un rimedio. Un dito che prova dolore toccando un oggetto bollente induce il riflesso di ritirare immediatamente la mano. Un dolore di causa non nota, invece, induce a rivolgersi al farmacista o al medico per trovare un rimedio e capire il motivo della sua insorgenza. Quando il dolore non ha scopo diagnostico (come il dolore neuropatico) e accompagna alcune fasi di una malattia nota, diventa una sofferenza inutile e fine a se stessa. In tutti i casi il dolore è un pessimo compagno di vita e attenuarlo o sconfiggerlo è uno degli obiettivi che da sempre l'umanità si è posta. In alcune circostanze gravi in cui non si riesce a gestirlo può rappresentare uno scenario peggiore della morte stessa. Nel 1931 il medico e filosofo missionario franco-tedesco Albert Schweitzer scriveva: "Pain is a more terrible lord of mankind than even death itself." (Il dolore è un dominatore più terribile per l'umanità perfino della morte stessa).

## ► LA LEGGE 38 DEL 2010

Risale al 2010 la svolta a livello legislativo nella lotta al dolore nel nostro Paese. La Legge 38 definisce le "Disposizioni per l'accesso alle cure palliative e alla tera-





pia del dolore”. Viene sancito il diritto del cittadino a non soffrire e sono stati semplificati diversi adempimenti burocratici che coinvolgono anche la farmacia. La ricettazione è stata resa meno complicata e sono stati prolungati i tempi di validità delle prescrizioni degli antalgici oppioidi. L’obiettivo è ovviare a un ritardo nel nostro Paese alla prescrizione degli analgesici più potenti, soprattutto nella terapia del dolore oncologico, ma anche del dolore cronico di altra natura. Fino a poco tempo fa, infatti, in Italia si è fatto un uso troppo limitato di questi farmaci rispetto al resto d’Europa e rispetto alle esigenze dei pazienti. Pregiudizi di natura culturale e difficoltà burocratiche ne hanno ostacolato la prescrizione e l’uso, rendendo in molti casi inefficaci le terapie per combattere il dolore. Cittadinanzattiva dalle pagine della guida “IN-dolore”, appena pubblicata e disponibile anche sul web ([www.cittadinanzattiva.it](http://www.cittadinanzattiva.it)), riferisce che, nonostante l’impegno del legislatore, un medico su tre ignora ancora l’esistenza della legge 38 e oltre il 40% di chi è affetto da dolore riceve ancora terapie inefficaci (Tabella 1).

cittadinanzattiva.it), riferisce che, nonostante l’impegno del legislatore, un medico su tre ignora ancora l’esistenza della legge 38 e oltre il 40% di chi è affetto da dolore riceve ancora terapie inefficaci (Tabella 1).

## ► TIPI DI DOLORE

Secondo l’Associazione Internazionale per lo Studio del Dolore (IASP), il dolore è la “sensazione spiacevole associata ad un danno tessutale reale o potenziale, o comunque percepito come tale”. Come accennato, il dolore rappresenta un campanello di allarme che attiva la nostra risposta di “fuga” da uno stimolo nocivo. Ma questo vale solo per il dolore acuto. Un dolore che perdura nel tempo e diventa cronico perde la sua funzione di sintomo utile e diventa una malattia in sé. Di seguito

### ► Tabella 1. Carta dei diritti sul dolore inutile. Ogni cittadino ha il diritto

<b>1. a non soffrire inutilmente</b>	Ciascun individuo ha diritto a vedere alleviata la propria sofferenza nella maniera più efficace e tempestiva possibile.
<b>2. al riconoscimento del dolore</b>	Tutti gli individui hanno diritto ad essere ascoltati e creduti quando riferiscono del loro dolore.
<b>3. di accesso alla terapia del dolore</b>	Ciascun individuo ha diritto ad accedere alle cure necessarie per alleviare il proprio dolore.
<b>4. a un’assistenza qualificata</b>	Ciascun individuo ha diritto a ricevere assistenza al dolore, nel rispetto dei più recenti e validati standard di qualità.
<b>5. a un’assistenza continua</b>	Ogni persona ha diritto a vedere alleviata la propria sofferenza con continuità e assiduità, in tutte le fasi della malattia.
<b>6. a una scelta libera e informata</b>	Ogni persona ha diritto a partecipare attivamente alle decisioni sulla gestione del proprio dolore.
<b>7. del bambino, dell’anziano e dei soggetti che “non hanno voce”</b>	I bambini, gli anziani e i soggetti che “non hanno voce” hanno lo stesso diritto a non provare dolore inutile.
<b>8. a non provare dolore durante gli esami diagnostici invasivi e non</b>	Chiunque debba sottoporsi ad esami diagnostici, in particolare quelli invasivi, deve essere trattato in maniera da prevenire eventi dolorosi.

(fonte [www.cittadinanzattiva.it](http://www.cittadinanzattiva.it))

► **Tabella 2. Siti web di riferimento sul dolore**

Associazione Antea Onlus	www.antea.net
Associazione Italiana per lo Studio del Dolore	www.aisd.it
Associazione Nazionale Malati Reumatici Onlus	www.anmar-italia.it
Cittadinanzattiva Onlus / Tribunale dei Diritti del Malato	www.cittadinanzattiva.it
Federazione Cure Palliative Onlus	www.fedcp.org
Fondazione Gigi Ghirotti	www.fondazioneghirotti.it
Fondazione Isal – ricerca sul dolore	www.fondazioneisal.it
Fondazione Paolo Procacci	www.fondazioneprocacci.org
Società Italiana dei Clinici del Dolore	www.federdolore.it
Società Italiana di Cure Palliative	www.sicp.it
Vivere Senza Dolore Onlus	www.viveresenzadolore.it

► **Tabella 3. Prodotti per uso topico di libera vendita**

Fans	Altri principi attivi	Anestetici locali
Piroxicam	Capsaicina	Amilocaina
Diclofenac	Mentolo	Procaina
Ibuprofene	Eparinoidi	Benzocaina
Naprossene	Salicilati (es. glicole, metile...)	Tetracaina
Ketoprofene	Nicotinati (es. benzile, metile...)	
Fenilbutazone		

alcuni modi di classificare diversi tipi di dolore, basandosi su caratteristiche, durata o cause.

### **DOLORE ACUTO**

Ha durata limitata nel tempo (<1 mese) ed è espressione di una lesione dei tessuti come quella provocata da un trauma accidentale (una botta, una caduta, un taglio...) o da un intervento chirurgico (dolore post-operatorio: il bisturi provoca nei tessuti un processo infiammatorio). È spesso associato ad ansia e a iperattività del sistema nervoso autonomo adrenergico (tachicardia, aumento dell'attività respiratoria e della pressione, aumento della sudorazione, dilatazione delle pupille...)

### **DOLORE CRONICO**

Dura da più di 3-6 mesi: non rappresenta più un campanello di allarme deputato alla tutela del nostro corpo da attacchi esterni, ma diventa una malattia a se stante, degna della massima attenzione perché capace di rovinare la qualità della vita di chi ne soffre. Può provocare debolezza, disturbi del sonno, diminuzione dell'appetito, perdita di gusto per il cibo, diminuzione di peso, scomparsa della libido e costipazione. Questi sintomi vegetativi di solito si sviluppano in modo graduale, e possono sfociare in depressione. Può essere di natura oncologica o non-oncologica.

### **DOLORE PROCEDURALE**

Molto diffuso e assai sottovalutato. Si tratta del dolore che accompagna numerose procedure diagnostiche e

terapeutiche anche di routine. Togliere i punti o medicare una ferita, fare un prelievo per una biopsia, fare fisioterapia riabilitativa dopo un trauma o un intervento, fare un'iniezione per vaccinare un bambino, fare un prelievo di sangue...

### **DOLORE SOMATOGENO**

Si tratta di un dolore da causa organica, motivabile in termini di meccanismi fisiologici. Si divide in nocicettivo o neuropatico.

#### *Dolore nocicettivo*

Il dolore nocicettivo è provocato dalla progressiva attivazione delle fibre nervose algosensitive, sia somatiche che viscerali. Quando sono colpiti i nervi somatici, il dolore è spesso percepito come bruciante o pressorio (la maggior parte dei dolori tumorali).

#### *Dolore neuropatico*

Il dolore neuropatico è caratterizzato da danno o disfunzione del tessuto nervoso periferico o centrale, che provoca stimolazioni nervose croniche che talvolta tendono ad auto mantenersi anche quando cessa la causa che le aveva generate. La risposta dei neuroni del sistema somatosensoriale ne risulta alterata.

### **DOLORE PSICOGENO**

Non va diagnosticato con leggerezza e senza specifiche prove.

Si parla di dolore psicogeno in assenza di una patologia

Un dolore che perdura nel tempo e diventa cronico perde la sua funzione di sintomo utile e diventa una malattia in sé

## ► Tabella 4. Prodotti contro il dolore disponibili in farmacia

Cuscinetti di gel caldo/freddo
Borsa del ghiaccio - Ghiaccio spray – ghiaccio istantaneo
Termoforo
Cerotti termici che sprigionano calore (usa e getta)
Cerotti, spray, pomate antinfiammatorie
Eparinoidi topici contro gli ematomi
Fialetta anestetica odontalgica
Anestetico locale in crema
Antinfiammatori non steroidei (Fans) in compresse, bustine...
Rimedi fitoterapici
Rimedi omeopatici
Cerotti per magnetoterapia



organica sufficiente a motivare il grado del dolore e dell'invalidità rilevata. È correlato a problemi psicologici come per esempio sindromi dolorose psicogene.

### DOLORE IDIOPATICO

È un dolore di origine sconosciuta. Se non può essere identificato un processo somatogeno e non è chiaro il ruolo di un processo psicogeno, il dolore deve essere quindi ritenuto idiopatico. Il livello di intensità riportata dal paziente non trova una corrispondente immediata motivazione organica.

### ► IL RUOLO DEL FARMACISTA

Il farmacista dispone di numerose e diverse armi da proporre ai pazienti per alleviare il dolore che può presentarsi, per vari motivi, in ogni momento della vita. Il suo ruolo è di cruciale importanza per capire la natura, l'entità e la durata del dolore e saper consigliare un rimedio direttamente in farmacia, oppure indirizzare al medico ove necessario. Qualora, per qualsiasi motivo, il farmacista intuisse che il dolore non è trattato adeguatamente, potrà attivarsi per indicare il centro di terapia del dolore più vicino e più comodo per il paziente (Tabella 2). Una mano esperta la fa in 3 minuti, ma un anziano a la sua famiglia potrebbe non riuscirci e rimanere quindi senza l'informazione necessaria. Aiutiamo i cittadini a sfruttare appieno le potenzialità della Legge 38 e a vivere liberi dal dolore.

### ► RIMEDI DA BANCO

Pensando ai farmaci da banco contro il dolore la mente va subito agli antinfiammatori non steroidei (Fans) da assumere per bocca in varie forme farmaceutiche (Tabella 3). In realtà la gamma di prodotti tra cui scegliere

## ► Tabella 5. Principi attivi antinfiammatori e antidolore per os di libera vendita

Acido acetilsalicilico
Diclofenac
Ketoprofene
Ibuprofene
Naprossene
Paracetamolo

un rimedio efficace per il paziente è ben più ampia e non limitata ai farmaci per uso sistemico. Dopo avere analizzato la situazione con qualche domanda, il farmacista potrà spaziare su consigli vari e dispositivi medici utili al paziente. Il caldo e il freddo, per esempio, sono ancora ausili validissimi in molte situazioni dolorose ed esistono molti modi di averli a portata di mano in un attimo. Il caldo è utile negli stati reumatici, nell'artrosi, nel torcicollo... Il freddo per disinfiammare e sgonfiare stati flogistici ed edemi da botte o traumi recenti. Prodotti topici in crema, gel o spray possono attenuare il dolore e velocizzare l'assorbimento di un ematoma (Tabella 4). Una fialetta di anestetico locale liquido può far superare una notte con il mal di denti in attesa della visita dal dentista. Il consiglio di prodotti per os di libera vendita dovrebbe essere accompagnato da qualche raccomandazione (Tabella 5). La loro efficacia, infatti, può indurre il paziente a ripetere l'assunzione troppo a lungo o ad aumentare le dosi in modo improprio. Ciò potrebbe causare due problemi principali. Il primo è un potenziale impatto sullo stomaco, che deve essere protetto con farmaci appositi. Il secondo è il rischio che il paziente rimandi un consulto medico e una diagnosi accurata nei casi di dolore che si ripresenta nel tempo o che diviene cronico. ●

© RIPRODUZIONE RISERVATA