

VADEMECUM SUL DOLORE

La Legge 38/2010
(terapia del dolore e cure palliative)

**Perché
NON SOFFRIRE
È UN DIRITTO
sancito
dalla Legge**



con il patrocinio istituzionale del
MINISTERO della SALUTE



Ministero della Salute

La guida è stata realizzata
in collaborazione con:

Fondazione ANT Italia Onlus





VADEMECUM SUL DOLORE

La Legge 38/2010

(terapia del dolore e cure palliative)



**Perché
NON SOFFRIRE
È UN DIRITTO
sancito
dalla Legge**

INDICE



Introduzione	pag. 6
Perché questo Vademecum sul dolore	pag. 7
Legge n. 38 del 15 marzo 2010: Sinossi del Rapporto al Parlamento 2014 sullo stato di attuazione della legge	pag. 8
Dove trovare i centri di cura "REGIONE PER REGIONE"	pag. 9
Riconosci il tuo dolore (classificazione EFIC)	pag. 10
Valuta il tuo dolore	pag. 11
Combatti correttamente il tuo dolore	pag. 12
I consigli utili da non dimenticare in 7 punti	pag. 13
I Farmaci per il dolore	pag. 14
La collaborazione tra Federconsumatori, Impact proactive "in action" e ANT: Perché un vademecum sul dolore?	pag. 17

INTRODUZIONE

Il dolore è un tema umano di assoluta rilevanza che riguarda almeno un cittadino su cinque: il dolore cronico colpisce solo in Italia oltre 12 milioni di persone circa il 20% della popolazione (altre analisi stimano fino a 15 milioni di persone).

Il dolore è stato per lungo tempo considerato semplicemente un sintomo, un qualcosa di conseguente alle altre malattie, da accettare o comunque da curare secondariamente, oggi invece con la legge 38/2010 il dolore è finalmente riconosciuto non più semplicemente come un sintomo ma come una malattia vera e propria e come uno dei maggiori problemi che affliggono la popolazione impattando sulla qualità della vita di chi soffre e dei propri familiari.

Se il dolore è un problema trasversale che riguarda tutta la popolazione, adulta e pediatrica, l'incidenza più ampia la si osserva però tra gli anziani (come già rilevato agli inizi degli anni '90, il dolore cronico affligge di fatto 3 anziani su 4).

Il dolore cronico non può essere considerato solo un obbligo di legge ma soprattutto un problema etico, al quale i medici e tutti gli operatori sanitari debbono prestare la massima attenzione.

Il dolore è una delle prime cause di disabilità e determina un elevatissimo costo sociale incidendo profondamente sulla persona che soffre e sui suoi familiari.

Il dolore cronico in Italia ha un costo socio-sanitario e sociale altissimo (circa 2 mld. di euro), sia direttamente a carico del sistema sanitario nazionale, sia indirettamente, causando assenteismo sul posto di lavoro portando ad una diminuzione della produttività del paese.



In Europa, come rileva il prof. Guido Fanelli (Coordinatore della Commissione Nazionale per l'attuazione della Normativa 38 del Ministero della Salute e membro del comitato scientifico di IMPACT proactive) sono oltre 500 milioni le giornate di lavoro perse a causa del dolore per un costo complessivo di quasi 300 miliardi di Euro l'anno.

PERCHÉ QUESTO VADEMECUM SUL DOLORE

La Legge 38 del 15 marzo 2010 , una legge che riconosce il diritto di tutti i cittadini all'accesso alle cure palliative e alla terapia del dolore.

Solo una attenta e integrata gestione fra cittadini, medici e istituzioni potrà migliorare l'impiego delle risorse a carico del sistema sanitario e ridurre i costi per le famiglie.

In Italia, come è emerso dal progetto "Cento città contro il dolore" promosso dalla Fondazione Isal, il 40% dei cittadini non sa ancora oggi a chi rivolgersi (solo il 32% è stato informato dal proprio medico, il 22% da amici e parenti e il 14% su internet). Inoltre, solo il 35% sa che in Italia c'è una legge sul tema (legge 38/2010).

Per le motivazioni sin qui espresse, Federconsumatori in collaborazione con IMPACT proactive "in action" hanno deciso di stilare insieme questo vademecum sul dolore con l'obiettivo comune di raggiungere, e quindi informare, il più ampio numero di cittadini sui propri diritti in tema di dolore, fornendo loro anche alcuni strumenti utili in materia.



impact proactive
> in action



**Legge
38/2010
è un tuo
diritto!**

Da un punto di vista normativo, la Legge 38/2010 è riconosciuta a livello Europeo come una delle migliori leggi a tutela del cittadino e a difesa dei suoi diritti in materia di dolore, una normativa all'avanguardia nel campo delle cure palliative e della terapia del dolore.

Questa legge, per la prima volta, garantisce l'accesso alle cure palliative e alla terapia del dolore nell'ambito dei Livelli Essenziali di Assistenza ed assicura il rispetto della dignità e dell'autonomia della persona, il bisogno di salute, l'equità, l'appropriatezza e la promozione della qualità della vita in ogni fase della malattia, in particolare in quella terminale. Nonostante i progressi fatti in ambito accademico durante questi 5 anni dalla emanazione della legge siano stati molti, ad oggi permane ancora una limitata conoscenza da parte dei cittadini.

LEGGE N. 38 DEL 15 MARZO 2010: SINOSSI DEL RAPPORTO AL PARLAMENTO 2014 SULLO STATO DI ATTUAZIONE DELLA LEGGE

Legge n. 38 del 15 marzo 2010 riguarda le “Disposizioni per garantire l'accesso alle cure palliative e alla terapia del dolore”.

Per una lettura completa del documento cliccare il seguente link:

<http://www.impactproactive.it/wp-content/uploads/99-rapporto-al-parlamento-2014-su-attuazione-legge-38.pdf>

Ogni cittadino ha il diritto di:

avere accesso alle terapie più idonee e personalizzate

avere alleviata la propria sofferenza

essere sostenuto da un punto di vista fisico, psicologico e sociale

far sì che il proprio dolore sia segnalato in cartella clinica

essere compresa nella sua sofferenza dal medico il quale deve essere formato in modo appropriato sul tema del dolore

DOVE TROVARE I CENTRI di CURA “REGIONE PER REGIONE”

- Sul sito IMPACT proactive, in Home page, potrai consultare le mappe del Ministero della Salute sia dei centri di terapia del dolore che dei centri di cure palliative.

Il servizio ti indicherà la città, la ASL, la tipologia di struttura, l'indirizzo, il recapito telefonico e spesso anche il nominativo del medico responsabile.

- Allo stesso modo, a cura di Agenas, potrai consultare tutte le UCP (unità di cure Palliative) presenti sul territorio.

**ACCEDI CON UN CLICK,
È SEMPLICE E RAPIDO:**

www.impactproactive.it



Trova le **UCP domiciliari** ammesse all'Osservatorio

Fonte sito www.agenas-buonepratiche-cp.it

CERCA ORA >

RICONOSCI IL TUO DOLORE

La IASP (International Association for the Study of Pain - 1986) definisce il dolore come “un’esperienza sensoriale ed emozionale spiacevole associata a danno tissutale, in atto o potenziale, o descritta in termini di danno.

Per controllare il tuo dolore è necessario effettuarne una facile classificazione ponendosi tre semplici domande: **dove nasce? quanto dura? Quanto è intenso?**

Il Ministero della Salute distingue sinteticamente tre tipologie diverse di dolore:

1 | DOLORE ACUTO

- Limitato nel tempo
- Localizzato
- Cause chiare (trauma, intervento chirurgico, patologia)
- Transitorio
- Funzione di campanello d’allarme

2 | DOLORE CRONICO

- Duraturo
- Effetti debilitanti su corpo e psiche
- Difficile da curare
- Separato dalla causa generatrice
- Considerato malattia vera e propria richiede intervento multidisciplinare

3 | DOLORE PROCEDURALE

- Incidenza trasversale per età e situazione clinica
- Associato ad ansie e paure
- Influenza negativamente la qualità della vita

NOCICETTIVO

- Lesione dei tessuti che stimola i sensori del dolore

NEUROPATICO

- Lesione a carico dei nervi

PSICOGENO

- Natura psicosomatica
- Legato ad ansie o situazioni stressanti

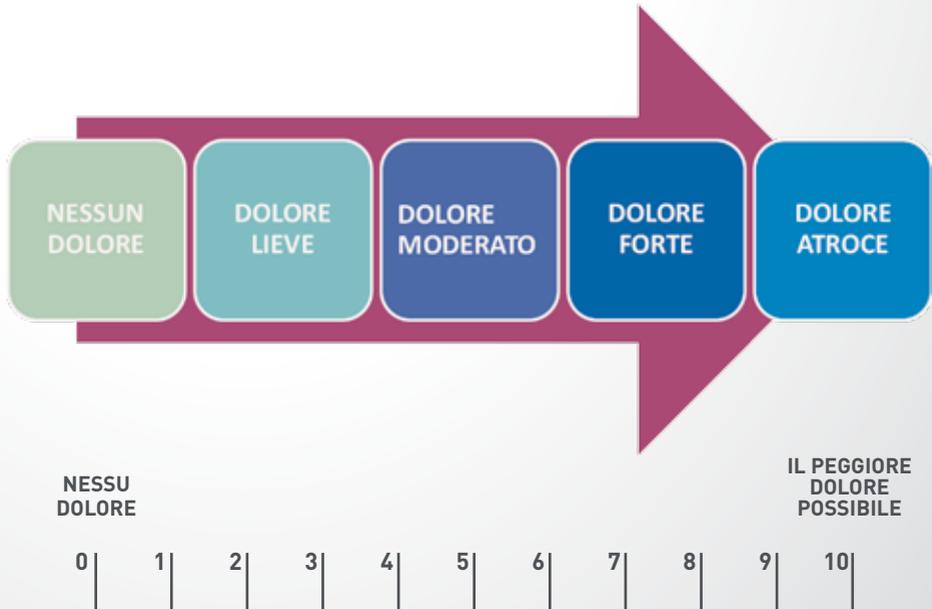
MISTO

- Nocicettivo e neuropatico sono coesistenti tipico del dolore oncologico

VALUTA IL TUO DOLORE

La sensazione dolorosa è un'esperienza complessa e soggettiva. Con l'obiettivo di raccogliere proprio i giudizi delle persone, sono state sviluppate delle **scale di valutazione** validate e universalmente riconosciute.

Le scale di valutazione più semplici e intuitive sono la scala di valutazione verbale (VRS) e la scala di valutazione numerica:



Per i bambini tra i 3 ai 7 anni viene utilizzata la , composta da faccine con diverse espressioni: dal viso sorridente fino al viso piangente. Il bambino deve indicare quale espressione, in quel momento, rappresenta meglio la sua sensazione di dolore.



Un cenno a parte va riservato al **dolore oncologico**, che rappresenta il 7% dei casi di dolore cronico. Si presenta come una sintomatologia acuta ma nel tempo diviene un classico dolore cronico che, soprattutto nelle fasi avanzate della malattia, assume le caratteristiche di “dolore globale”, ovvero di vera e propria sofferenza personale che riconosce cause non soltanto fisiche ma anche psicologiche e sociali.

Si parla, infine, di **dolore episodico intenso (breakthrough pain)** quando, in un contesto di dolore cronico, oncologico e non, si verificano delle acutizzazioni improvvise e transitorie della sensazione dolorosa, che raggiunge il culmine della propria intensità in pochi minuti e dura mediamente mezz'ora. In genere colpisce la stessa sede del dolore di base.

COMBATTI CORRETTAMENTE IL TUO DOLORE

Le più autorevoli Società Scientifiche internazionali hanno redatto delle raccomandazioni sul trattamento del dolore cronico di natura neoplastica e non.

Queste sono “**LE 5 REGOLE D'ORO**”

LA TERAPIA CORRETTA PER IL DOLORE DEVE ESSERE:

01



> PER VIA ORALE

02



> AD ORE FISSE

03



> SEMPLICE DA ATTUARE

04



> CENTRATA SUL PAZIENTE

05



> CENTRATA SULLE ABITUDINI
DEL PAZIENTE

17 CONSIGLI UTILI DA NON DIMENTICARE

1

Tieni sempre traccia dei segnali che determinano il tuo dolore, annotando orari, attività, intensità, frequenza, localizzazione e parlane con il tuo medico.

2

Se sei ricoverato in Ospedale o in qualsiasi altra struttura sanitaria, verifica sempre che il tuo dolore sia registrato in cartella clinica.

3

Esigi sempre di ricevere una terapia appropriata per il tuo dolore per rimuovere o alleviare le tue sofferenze.

4

Non nascondere e non sottovalutare mai al tuo medico eventuali motivazioni psicologiche o sociali che causano il tuo dolore. Anche in questo caso devi essere assistito.

5

In caso di interventi chirurgici o esami diagnostici invasivi esigi che vengano adottate tutte le procedure possibili per prevenire qualsiasi episodio di sofferenza.

6

La tua età anagrafica (adulto, bambino o anziano) o il tuo stato fisico (normodotato o disabile) impongono da parte degli operatori sanitari gli stessi obblighi.

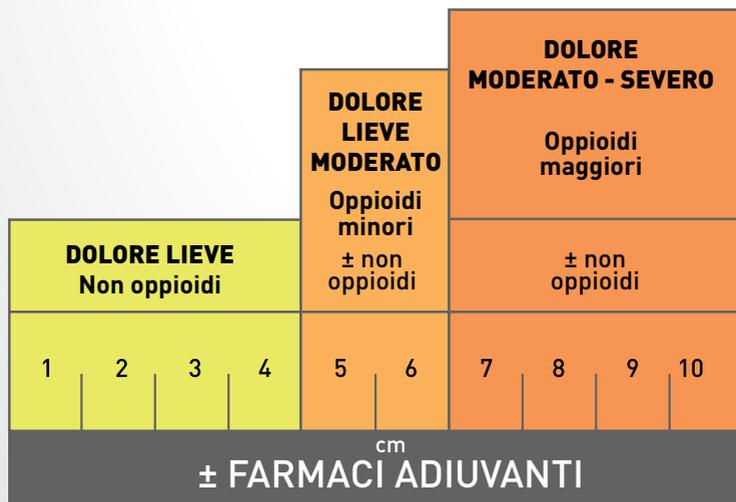
7

In caso di dolore grave, se sei impossibilitato a spostarti per ricevere le necessarie cure finalizzate a tenere sotto controllo ed alleviare il tuo dolore, sia oncologico che non, richiedi l'assistenza domiciliare.

I FARMACI PER IL DOLORE

Le **raccomandazioni dell'OMS** per il trattamento del dolore cronico rappresentano il principale riferimento per l'approccio ai pazienti che ne soffrono.

Nate per affrontare il dolore del paziente neoplastico, il loro impiego è stato progressivamente esteso al trattamento di tutte le forme di dolore.



In presenza di dolore lieve (corrispondente all'intervallo 1-4 nella scala numerica) e che si sospetta avrà durata limitata nel tempo, è suggerito l'utilizzo di paracetamolo o FANS (FANS: farmaci antiinfiammatori non steroidei, ovvero non a base di cortisone).

Quando il dolore è moderato (intervallo 4-6 nella scala numerica) la terapia d'elezione prevede gli oppioidi farmacologicamente meno potenti detti "oppiacei deboli", eventualmente associati a paracetamolo, o gli oppioidi forti a basse dosi, unitamente ad altri farmaci definiti adiuvanti.

Infine, se il dolore si presenta come grave (intervallo 7-10 nella scala numerica) è più appropriato il trattamento con oppioidi forti.



PARA-CETA-MOLO

- Non è un FANS
- Dolore lieve
- Azione centrale
- Non gravato dagli effetti avversi tipici dei FANS



FANS

- Dolore lieve
- Azione periferica
- Utilizzabili per un periodo limitato
- L'extradosaggio porta solo effetti collaterali
- Nessun effetto su dolore neuropatico o misto



OPPIOIDI

- Azione a livello somatico, viscerale e nervoso
- Adatto per il dolore oncologico
- Azione tempestiva

Infine, numerose evidenze in letteratura dimostrano che gli oppioidi **non sono farmaci pericolosi o in grado di indurre dipendenza**: quando si prova dolore, infatti, si attivano nell'organismo dei meccanismi recettoriali del tutto diversi rispetto a quelli che entrano in gioco nei soggetti tossicodipendenti, che ricorrono agli oppiacei per provare sensazioni di piacere.

Ciononostante, **in Italia gli oppioidi sono ancora ampiamente sottoutilizzati**.

La spesa è infatti ancora concentrata su altri farmaci come paracetamolo e FANS. I FANS ossia i farmaci antiinfiammatori non steroidei che, come noto, se utilizzati per lungo tempo possono arrecare numerosi effetti collaterali, come ad esempio il danno gastrico, con rischi nei casi più gravi di emorragia, lesioni ulcerose alle mucose (rischio perforativo

variabile a seconda del farmaco) fino a rare complicanze renali per un uso eccessivamente prolungato nel tempo che può a volte portare anche a insufficienza renale acuta o cronica, noto come nefropatia da analgesici.

Alcuni antiinfiammatori possono anche impedire l'aggregazione piastrinica, compromettendo l'emostasi.

Inoltre i FANS possono avere un effetto epatotossico, sono controindicati in pazienti con scompenso cardiaco grave e sono talvolta associati al peggioramento di un'asma preesistente. In tutti i casi il rischio maggiore è per gli anziani. Il paracetamolo, che rispetto ai FANS ha un differente meccanismo di azione, non ha effetti collaterali a livello gastrointestinale, renale e cardiovascolare

**Parlane
con il tuo
medico**



LA COLLABORAZIONE TRA FEDERCONSUMATORI, IMPACT PROACTIVE "IN ACTION" e ANT: PERCHÉ UN VADEMECUM SUL DOLORE?

FEDERCONSUMATORI



La missione di Federconsumatori ha come obiettivi prioritari l'informazione e la tutela dei cittadini consumatori e utenti.

L'impegno di Federconsumatori nella realizzazione di questo Vademecum sulla Legge 38/2010 e quindi sul tema dolore, si colloca in un raggio di azione che da sempre mette al centro il diritto alla salute garantito dalla Costituzione, e la difesa del Sistema Sanitario Nazionale (SSN).

La crisi economica che il nostro paese sta attraversando, richiede uno sforzo in più affinché quanto sino ad oggi conquistato a difesa del cittadino venga preservato e in particolare attuato, come è nel caso della Legge 38/2010 sul dolore.

Con questo vademecum sul dolore, vogliamo in sintesi affermare che:

- Impedire che i tagli alla sanità colpiscano le fasce sociali più deboli e gli anziani, costringendoli a rinunciare a cure e trattamenti sanitari essenziali (il dolore affligge tra i 12 e i 13 milioni di cittadini in Italia).
- Le informazioni sui servizi assistenziali presenti a livello territoriale risultano spesso difficilmente reperibili e ancora troppo poco divulgate.
- È fondamentale conoscere le leggi varate a tutela del cittadino, come la Legge 38/2010 sul dolore, che garantisce la cura e l'assistenza a tutti coloro che necessitano di ricorrere a terapie per il dolore o alle cure palliative
- Il cittadino deve essere messo in condizione di conoscere tutte le realtà che si muovono in rete su questi temi, dalle associazioni, alle fondazioni fino alle società scientifiche

In conclusione, come affermato al workshop IMPACT proactive a Firenze (28 Giugno 2014), dal presidente dr. Rosario Trefiletti (https://www.youtube.com/watch?v=_BAeTjdkYs), è fondamentale mettere in campo una ampia campagna informativa sulla Legge 38/2010 e quindi sul dolore,

con l'obiettivo di raggiungere il maggior numero di cittadini, mettendo a disposizione la propria rete capillare con circa 1000 sportelli presenti su tutto il territorio nazionale.

Questa campagna ribadisce il rispetto del diritto di informazione dei cittadini e garantisce il principio di "equità territoriale" tra cittadini in modo omogeneo su tutto il territorio nazionale, facendo sì che tutte le Regioni, virtuose e non concentrino i propri sforzi in questa direzione.

IMPACT PROACTIVE "IN ACTION"

impact proactive
> in action

Nasce a quattro mesi dall'approvazione della Legge 38/2010 con l'intento di mettere a confronto Istituzioni (Ministero della Salute, Agenas, Regioni, Università), Società Scientifiche, Associazioni e Fondazioni.

L'obiettivo, fare da collante tra i partner per trovare le soluzioni più adatte verso una puntuale e corretta applicazione della Legge 38/2010, in modo omogeneo su tutto il territorio nazionale.

Essendo il dolore una materia estremamente complessa, solo una ampia ed eterogenea condivisione tra tutte le parti può consentire di affrontare questa patologia.

Per questo IMPACT proactive si avvale della preziosa collaborazione di circa 80 enti partner:

- **14 ASSOCIAZIONI**
- **7 FONDAZIONI**
- **3 SINDACATI**
- **47 SOCIETA' SCIENTIFICHE**

Per realizzare tutto ciò, IMPACT proactive si avvale di un

"comitato scientifico" di altissimo profilo accademico e istituzionale*:

* Per visionare il curriculum vitae accedere alla pagina (<http://www.impactproactive.it/comitato-scientifico/>)

La Fondazione ANT, sin dal suo atto costitutivo, è una realtà senza scopo di lucro, esclusivamente con finalità di solidarietà sociale attraverso lo svolgimento di attività nei settori dell'assistenza sociale e socio-sanitaria, della prevenzione oncologica, della cura e dello studio in favore di sofferenti affetti da tumore.

Nella nostra Fondazione lavorano 122 medici, 87 infermieri e 29 psicologi ai quali si affiancano altre figure professionali come nutrizionisti, assistenti sociali, farmacisti, fisioterapisti, collaboratori e dipendenti, per un totale di 395 persone che curano ogni giorno 4.247 pazienti, il +7,7% rispetto allo stesso periodo del 2013. Dal 1985 ad oggi sono state ben 102mila le persone seguite gratuitamente dalla nostra realtà.

L'esperienza maturata in questi anni nell'assistenza a pazienti che necessitano di cure palliative, per i quali il dolore è spesso una presenza quotidiana, ci ha portato con entusiasmo a collaborare alla realizzazione di questo vademecum sul dolore e cure palliative, con l'obiettivo di informare anche attraverso i nostri centri il maggior numero di cittadini sui diritti sanciti dalla Legge 38/2010.

