



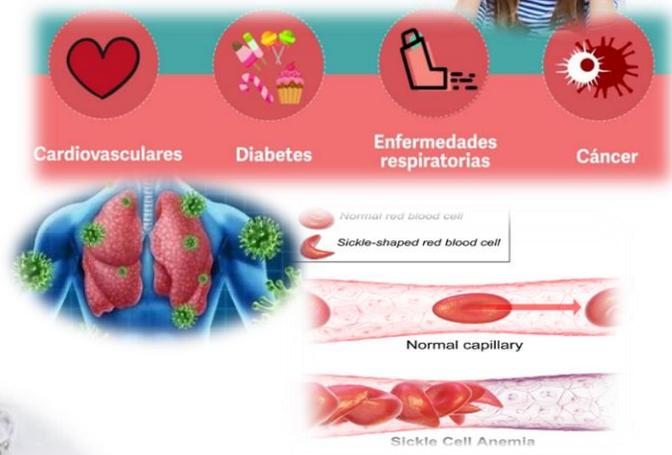
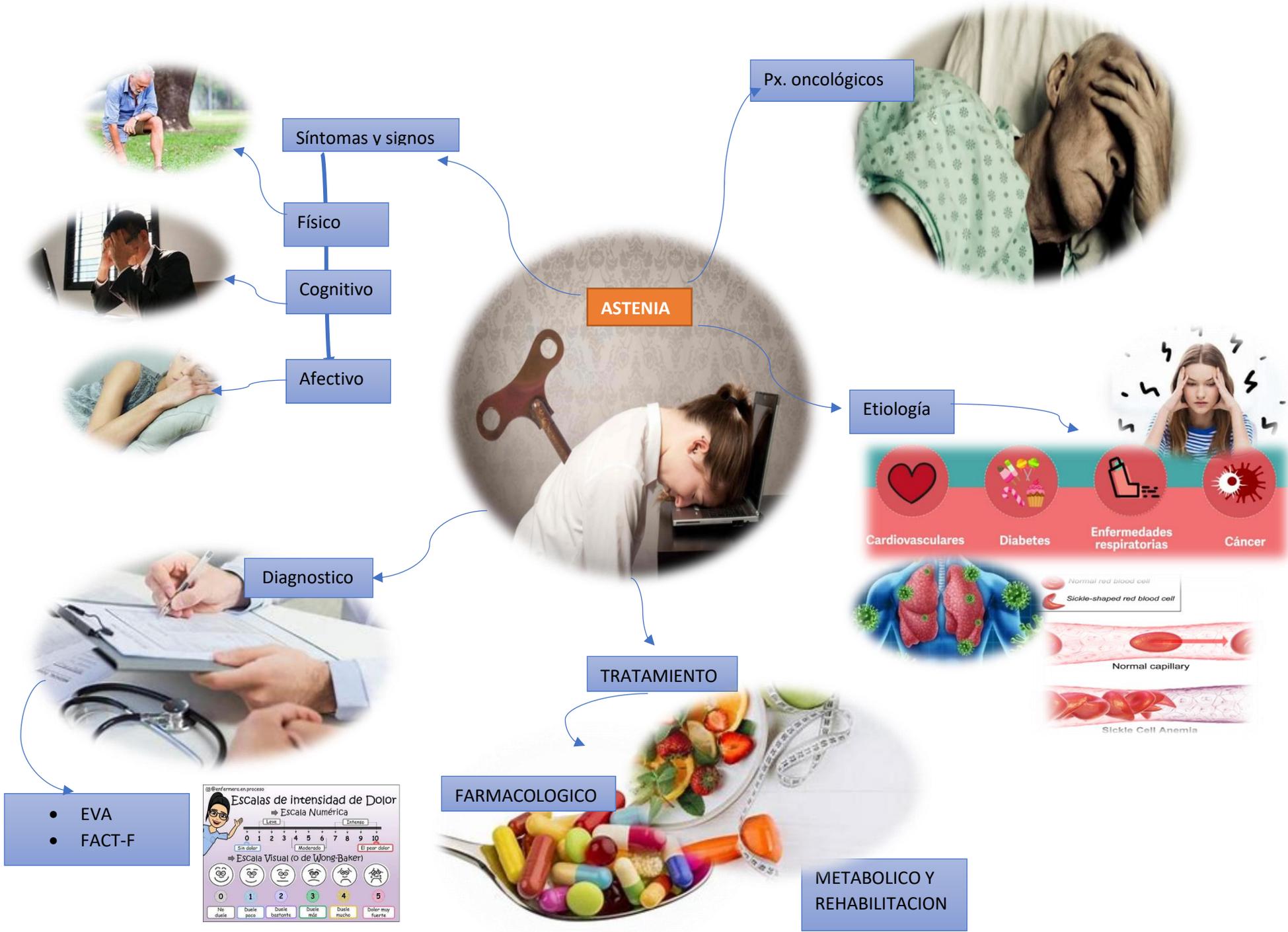
**CARRERA: MEDICINA HUMANA**

**MATERIA: MEDICINA PALIATIVA**

**MAPA MENTAL**

**VIVIANA EDIITH ROJAS TORRES**

**6° SEMETRE**



Escalas de intensidad de Dolor

⇒ Escala Numérica

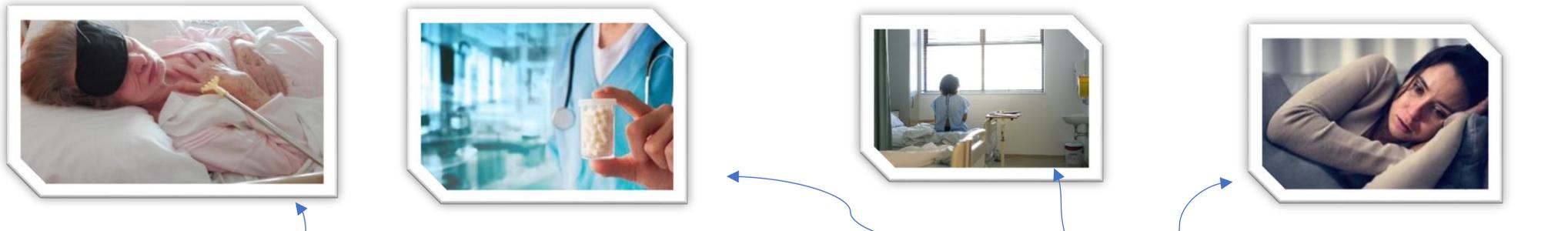
0 1 2 3 4 5

0 Sin dolor 10 El peor dolor

⇒ Escala Visual (o de Wong-Baker)

0 1 2 3 4 5

No duele Duele poco Duele bastante Duele más Duele mucho Dolor muy fuerte



**FACTORES**

**ORIGINA**



**INSOMNIO Y TRASTORNO DEL SUEÑO**



**TRATAMIENTO**

- ALTERACION FISICA
- PSIQUICAS
- DESENCADENATE DE PROCESOS ADYACENTES

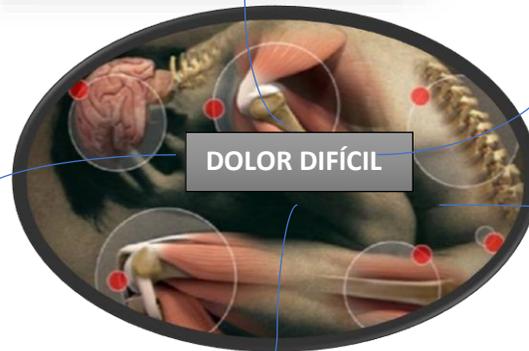
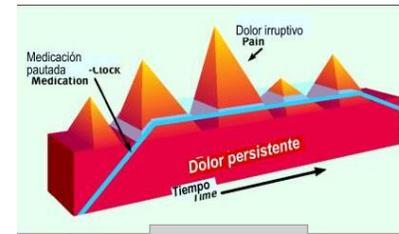
**INSOMNIO CONSEJOS PARA VENCERLO Y DORMIR BIEN**

- PROCURA NO CENAR TARDE y toma algo ligero Y SANO
- REGULARIDAD en los horarios para acostarse y levantarse
- MANTENER A RAYA EL ESTRÉS, sobre todo por la noche
- NO DUERMAS CON LUZ
- Evita CONSUMIR CAFEÍNA después de la comida
- La TEMPERATURA debe ser CONFORTABLE y la VENTILACIÓN óptima
- HACER EJERCICIO con regularidad
- EVITAR la utilización de aparatos ELECTRÓNICOS en el dormitorio

Dok hand

**Tratamiento farmacológico**

|                          |                                    |                                    |
|--------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Insomnio de conciliación | Insomnio + ansiedad diurna         | Insomnio + síntomas depresivos     |
| Zolpidem<br>5-10 mg      | Ketazolam<br>15-30 mg al acostarse | Trazodona<br>100-150 mg a la noche |
| Lormetazepam<br>1-2 mg   | Diazepam<br>2,5-10 mg al acostarse | Mirtazapina<br>15-30 mg a la noche |



**Estrategia y tratamiento**

- >Revaloración (localizar factor)
- >Ajuste de dosis (mínima -máxima)
- >Control de efectos (reacciones)

- > rotación(medicamentos)
- > apoyo emocional (acciones terapéuticas)
- > procedimientos ( neuroquirúrgicos)

> tolerancia ( aumento de medicamento =avance enfermedades.

