

HOW TO TALK TO YOUR DOCTOR ABOUT PAIN

One of the Most Effective Combinations for Pain Relief is

200 mg + **500 mg**
of ibuprofen of acetaminophen

If you experience an injury, accident, surgery, or other medical condition, the National Safety Council (NSC) recommends getting answers to these four questions when speaking with your doctor about managing your pain.

1. Am I being given an opioid?

2. If so, is there a non-addictive option? Ask for a different option if there is one. Studies show that the most effective medications for severe pain relief are not opioids, but ibuprofen and acetaminophen taken together. Tell your doctor or dentist you want the best treatment for acute pain.

3. If opioids are needed, is a short-term prescription possible? Ask your doctor to limit the dose and length of time you take the opioid medication. Ask if a 3-day prescription is right for you.

4. Do I have any medical conditions, mental health issues, or a family history that could increase my risk? Be very clear and honest with your doctor about your medical history. There is no way to decide who will become addicted to a prescription painkiller, however, people with a history of substance use including alcohol or other drugs, or those who have depression and anxiety, are at greater risk. Tell your doctor about all other medications and drugs you take and about how much alcohol you drink.

HOPEDUPAGE.org

For more information, visit hopedupage.org

CÓMO HABLAR CON SU MÉDICO SOBRE EL DOLOR

Una de las combinaciones más efectivas para el alivio del dolor es

200 mg + **500 mg**
de ibuprofeno de acetaminofeno

Si experimenta una lesión, un accidente, una cirugía u otra afección médica, el Consejo Nacional de Seguridad (National Safety Council, NSC) recomienda obtener respuestas a estas cuatro preguntas al hablar con su médico sobre cómo controlar el dolor.

1. ¿Me están administrando un opiode?

Pregunte si un medicamento recetado de 3 días es adecuado para usted.

2. De ser así, ¿existe una opción que no sea adictiva? Solicite una opción diferente, si la hay. Los estudios demuestran que los medicamentos más efectivos para el alivio del dolor intenso no son los opioides, sino el ibuprofeno y el acetaminofeno tomados en conjunto. Infórmele a su médico o al dentista que desea el mejor tratamiento para el dolor agudo.

3. Si se necesitan opioides, ¿es posible un medicamento recetado a corto plazo? Solicítele a su médico que limite la dosis y la duración de tiempo en el que toma el medicamento con opioides.

4. ¿Tengo alguna afección médica, algún problema de salud mental o un antecedente familiar que podría aumentar mi riesgo? Sea muy claro y honesto con su médico sobre sus antecedentes familiares. No hay ninguna manera de decidir quién se hará adicto a un analgésico recetado. Sin embargo, las personas con antecedentes de consumo de sustancias, incluyendo el alcohol y otras drogas, o aquellas que tienen depresión y ansiedad, corren un mayor riesgo. Infórmele a su médico sobre todos los otros medicamentos y drogas que toma y sobre la cantidad de alcohol que bebe.

HOPEDUPAGE.org

Para obtener más información, visite hopedupage.org.