

Instrucciones de Uso del Diario de Dolor

Este diario está diseñado para ayudarte a llevar un seguimiento detallado de tu dolor, identificar patrones y evaluar la eficacia de tu tratamiento. Sigue los pasos a continuación para completar el registro de manera correcta:

- **Registra la fecha y la hora**

Anota la fecha y el momento del día en que estás haciendo el registro (mañana, tarde o noche).

- **Evalúa el nivel de dolor antes de la medicación**

Usa la escala del dolor del 0 al 10 (0 = sin dolor, 10 = el peor dolor) para indicar cómo te sientes antes de tomar la medicación.

- **Registra la dosis de medicación tomada**

Anota el nombre y la dosis del medicamento que has tomado en ese momento. Si no tomaste ninguna medicación, escribe "No".

- **Registra el nivel de dolor después de la medicación**

- **Espera el tiempo recomendado**

(según la indicación de tu médico) y evalúa nuevamente tu nivel de dolor usando la escala del 0 al 10.

- **Dosis de rescate (si es necesaria)**

Si has tenido que tomar una dosis adicional para aliviar el dolor, escribe el nombre y la dosis del medicamento de rescate.

Importante:

Registra cada día por la mañana, tarde y noche.

Lleva el diario contigo a las citas médicas para discutir el progreso de tu tratamiento.

En caso de dolor severo o cambios inesperados, contacta a tu médico de inmediato.

Este diario es tu herramienta para entender mejor tu cuerpo y optimizar tu tratamiento.

¡Úsalo con constancia para obtener los mejores resultados!

Diagnóstico:



Nada de dolor



Dolor insoportable

- Dolor controlado: Menor a 4, permite llevar actividades cotidianas.
- Dolor no controlado: Mayor a 5, dificulta o impide realizar actividades.

Nombre:

Dosis:

Via admin:

Frecuencia:

[illegible]