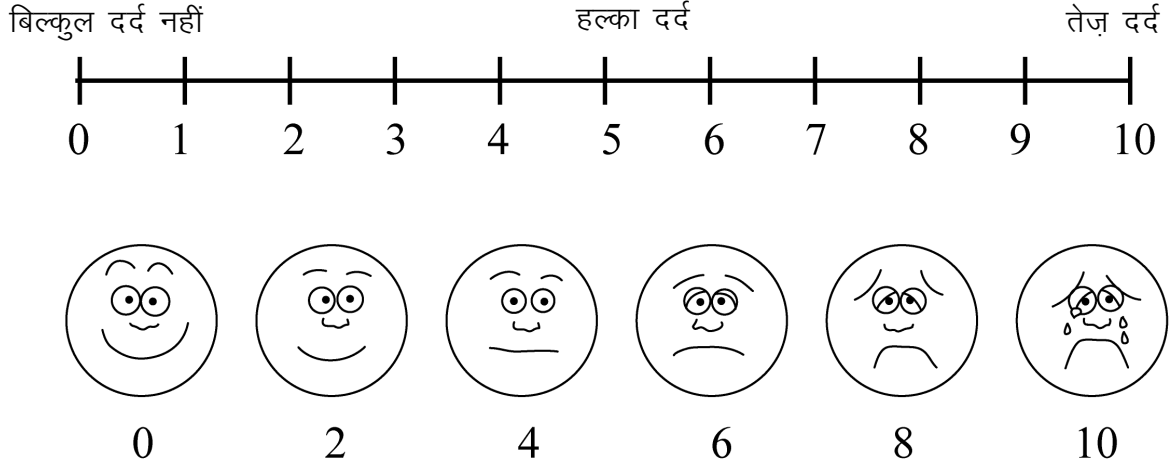


आपके दर्द के बारे में

कई बार लोगों को शल्यचिकित्सा या किसी समस्या के कारण दर्द होता है। दर्द आपके शरीर द्वारा मस्तिष्क को यह संदेश भेजने का तरीका है कि सहायता की ज़रूरत है। यदि आपके दर्द का उपचार नहीं होता, तो आपके स्वास्थ्यलाभ में अधिक समय लगेगा। हमें यह बताएँ कि आप कैसा अनुभव कर रहे हैं और आपके दर्द का स्तर क्या है, जिससे हम आपको आराम पहुँचा सकें। आप ही ऐसे व्यक्ति हैं जिसे यह पता होता है कि आप कैसा अनुभव कर रहे हैं।

हम आपको अपने दर्द के बारे में हमें बताने के लिए कहेंगे।

- **आपको कहाँ दर्द हो रहा है?** अपने शरीर पर उस भाग की ओर इशारा करें जहाँ आपको इससे कष्ट हो रहा है।
- **क्या दर्द शरीर के अन्य अंगों में फैलता है?**
- **दर्द कब आरम्भ हुआ?**
- **इससे कितना कष्ट हो रहा है?** उस संख्या या चेहरे की ओर संकेत करें जिससे हमें यह पता चले कि आपको कितना दर्द हो रहा है।



- **यह कैसा अनुभव होता है?** क्या जलन, झुनझुनी या पीड़ा होती है? क्या यह धीमा है या तेज़ है? क्या यह लगातार रहता है या कभी होता है और कभी नहीं होता?
- **क्या दिन के किसी समय यह अधिक होता है?** सुबह? शाम?

About Your Pain. Hindi.

- **What makes the pain feel better? What makes the pain feel worse?**
What have you done to try to relieve the pain? Does the medicine make it feel better? Does it hurt more when you are active or lying still?
- **Does the pain affect other parts of your life?** Does it make it hard to sleep, eat, or care for yourself or others? Does it cause you to be upset, teary or less patient?

Talk to your doctor or nurse about your pain. Share your concerns and ask questions.

10/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.

- किस बात से दर्द में आराम पहुँचता है? किस बात से दर्द और अधिक बढ़ जाता है? आपने दर्द में राहत पाने के लिए क्या किया है? क्या दवा से इसमें आराम पहुँचता है? अधिक पीड़ा कब होती है? जब आप सक्रिय होते हैं तब या लेटे होते हैं तब?
- क्या दर्द आपके जीवन के अन्य भागों को प्रभावित करता है? क्या इससे सोने, खाने या आपकी या अन्यो की देखभाल करने में कठिनाई होती है? क्या यह आपको अशांत, रूआँसा या कम धैर्यवान बना देता है?

अपने दर्द के बारे में अपने चिकित्सक या नर्स से बात करें। अपनी चिंताओं के बारे में चर्चा करें और प्रश्न पूछें।

About Your Pain. Hindi.

10/2005. Developed through a partnership of The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at www.healthinfotranslations.com.