

疼痛控制

疼痛控制

假設醫生已經根據你的病情所導致的疼痛的狀況為你處方了止痛藥（鎮痛劑）。這份資料便是向你提供有關如何使用止痛藥物的資訊。

許多傷病情況都會為你造成程度從輕微至嚴重的疼痛。不同人對疼痛的承受力各不相同，因此也會有不同的反應。遵照下列這些意見，你可以有效地控制和應對疼痛。

你需要服用止痛藥物的周期長短取決於具體的病情、傷情以及你的個人情況。

平衡的疼痛控制方式

這是一種多層式的解決方案，從你同時服用 2 至 3 種藥物開始，隨著疼痛情況穩定，逐漸減少藥物的使用。

最佳的策略是由高至低，及早應對。這意味著從一開始就要按時定量服用藥物，然後隨需求逐漸減少用藥劑量。

平衡的疼痛控制方式（鎮痛）一般採用兩種功效不同藥物，以期在減少不良影響（副作用）的前提下達到最好的效果。

第一輪藥物通常是撲熱息痛和布洛芬（異丁苯丙酸，*nurofen*）。各個藥房均有出售這兩種藥物。

在醫院急診部就診時，醫生已經給你服用了第一劑，而你在這之後至少 48 小時內必須堅持服藥。你不應該空腹服用這兩種止痛藥。

如果疼痛持續，醫生會為你處方效力更強的藥物，如安定（*endone*，*羥考酮*），每次 5 至 10 毫克，每 6 小時服用一次。

即使是最嚴重的疼痛，開始服藥後數日也應該消減穩定。你的醫生會告訴你，如果不再需要強效止痛藥物，你應該減少劑量和用藥頻率。堅持服用撲熱息痛和布洛芬，直至疼痛消減或消失為止，此時便可按用藥說明減少藥量。這可能需要數日，甚至最多一個星期。如果 5 日之後你依然需要依靠強效止痛藥，請立即看醫生。

你可以做些甚麼

- 在醫院時，先服撲熱息痛和布洛芬。
- 服用強效止痛藥，劑量以能達到鎮痛作用為準，直至你不再需要為止。
- 如果疼痛加劇，你應該看醫生。
- 如果 5 日之後疼痛依然不減，你應該看醫生。
- 如果你感到不舒服或胃痛，停止服藥，馬上看醫生。

疼痛控制

止痛藥 (你的醫生會畫圈註明適用的藥物)

• 成年人首輪止痛藥

藥物	強度	日數	劑量	頻率	建議服用時間
撲熱息痛	500毫克	2粒 (1克)	每日4次	0800, 1200, 1600, 2000
布洛芬 (異丁苯丙酸)	200毫克	2粒 (400毫克)	每日3次	0800, 1400, 2200 餐後服食

• 成年人強效止痛藥

藥物	強度	日數	劑量	頻率	最高劑量
安定 (經考酮)	5毫克	1-2粒	每6小時一次	每日最高劑量.....
其他	每日最高劑量.....

• 兒童止痛藥 (按每公斤體重用藥) (高大兒童用量不能超過成年人的劑量)

藥物		日數	劑量	頻率
撲熱息痛	口服	15 毫克/公斤 =.....	每6小時一次
	肛門栓劑	15 毫克/公斤 =.....	每6小時一次
布洛芬 (異丁苯丙酸)	口服	10 毫克/公斤 =.....	每8小時一次

• 兒童強效止痛藥 (按每公斤體重用藥) (高大兒童用量不能超過成年人的劑量)


可待因 (codeine) 因為有液體狀，所以經常使用，劑量按 0.5-1.0 毫升/公斤計算。安定 (endone) 可用於身材較大的兒童。

藥物	強度	日數	劑量	頻率	最高劑量
.....	每日最高劑量.....

要求：

..... 日後看 GP 醫生。

尋求幫助：

 如有緊急情況，你可以前往最近的醫院急診部或致電 000。

