

# 疼痛控制

## 疼痛控制

假设医生已经根据你的病情所导致的疼痛状况为你处方了止痛药（镇痛剂）。这份资料便是向你提供有关如何使用止痛药物的资讯。

许多伤病情况都会为你造成程度从轻微至严重的疼痛。不同人对疼痛的承受力各不相同，因此也会有不同的反应。遵照下列这些意见，你可以有效地控制和应对疼痛。

你需要服用止痛药物的周期长短取决于具体的病情、伤情以及你的个人情况。

## 平衡的疼痛控制方式

这是一种多层式的解决方案，从你同时服用 2 至 3 种药物开始，随着疼痛情况稳定，逐渐减少药物的使用。

最佳的策略是由高至低，及早应对。这意味着从一开始就要按时定量服用药物，然后随需求逐渐减少用药剂量。

平衡的疼痛控制方式（镇痛）一般采用两种功效不同药物，以期在减少不良影响（副作用）的前提下达到最好的效果。

第一轮药物通常是扑热息痛和布洛芬（nurofen，异丁苯丙酸）。各个药房均有出售这两种药物。

在医院急诊部就诊时，医生已经给你服用了第一剂，而你在这之后至少 48 小时内必须坚持服药。

你不应该空腹服用这两类止痛药。

如果疼痛持续，医生会为你处方效力更强的药物，如安定（endone，羟考酮），每次 5 至 10 毫克，每 6 小时服用一次。

即使是最严重的疼痛，开始服药后数日也应该消减稳定。你的医生会告诉你，如果不再需要强效止痛药物，你应该减少剂量和用药频率。坚持服用扑热息痛和布洛芬，直至疼痛消减或消失为止，此时便可按用药说明减少药量。这可能需要数日，甚至最多一个星期。如果 5 日之后你依然需要依靠强效止痛药，请立即看医生。

## 你可以做些什么

- 在医院时，先服扑热息痛和布洛芬。
- 服用强效止痛药，剂量以能达到镇痛作用为准，直至你不再需要为止。
- 如果疼痛加剧，你应该看医生。
- 如果 5 日之后疼痛依然不减，你应该看医生。
- 如果你感到不舒服或胃痛，停止服药，马上看医生。

# 疼痛控制

## 处方止痛药 (你的医生会画圈注明适用的药物)

### • 成年人首轮止痛药

药物	强度	日数	剂量	频率	建议服用时间
扑热息痛	500毫克	.....	2粒 (1克)	每日4次	0800, 1200, 1600, 2000
布洛芬 (异丁苯丙酸)	200毫克	.....	2粒 (400毫克)	每日3次	0800, 1400, 2200 餐后服食

### • 成年人强效止痛药

药物	强度	日数	剂量	频率	最高剂量
安定	5毫克	.....	1-2粒	每6小时一次	每日不超过 .....
其他.....	.....	.....	.....	.....	每日不超过 .....

### • 儿童止痛药 (按每公斤体重用药) (高大儿童用量不能超过成年人的剂量)

药物		日数	剂量	频率
扑热息痛	口服	.....	15 毫克/公斤 =.....	每6小时一次
	肛门栓剂	.....	15 毫克/公斤 =.....	每6小时一次
布洛芬	口服	.....	10 毫克/公斤 =.....	每8小时一次

### • 儿童强效止痛药 (按每公斤体重用药) (高大儿童用量不能超过成年人的剂量)。

可待因 (codeine) 因为有液体状, 所以经常使用, 剂量按 0.5-1.0 毫升/公斤计算。安定 (endone) 可用于身材较大的儿童。

药物	强度	日数	剂量	频率	最高剂量
.....	.....	.....	.....	.....	每日不超过 .....

### 要求:

..... 日后看 GP 医生。

---



---



---



---



---

### 寻求帮助:



如有紧急情况, 你可以前往最近的医院  
急诊部或致电 000。



Emergency  
Care Institute  
NEW SOUTH WALES