



管理慢性疼痛是一个长期的过程
请保持耐心

不同的止痛药有不同的风险和益处

与您的药物提供者一起制定适合您的计划

在某些情况下， 药物可能是缓解疼痛的有用工具



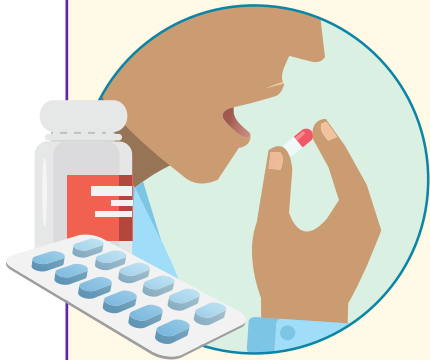
阿片类药物



非处方药



抗癫痫药



肌肉松弛剂



请与您的药物提供者探讨
您的止痛药相关事宜



抗抑郁药



大麻

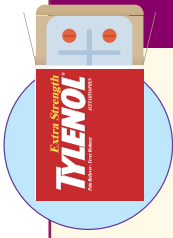


局部用药

药物并非解决所有问题的唯一方法



常见止痛药：使用和风险



泰诺 (对乙酰氨基酚)

- 缓解轻度至中度疼痛，如头痛、肌肉疼痛、关节炎、背痛、牙痛、感冒和发热。
- **风险：**过量使用可能导致肝损伤。



阿司匹林、ADVIL、MOTRIN、ALEVE (非甾体抗炎药NSAID)

- 缓解轻度至中度疼痛并减少炎症。
- **风险：**定期服用这些药物可能会导致消化问题并增加胃出血的风险。



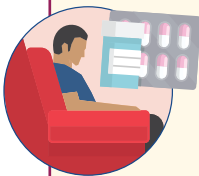
局部用药

- 用于局部疼痛。
- **风险：**皮肤刺激。



抗癫痫药

- 用于神经疼痛和头痛。
- **风险：**嗜睡、困惑、头晕。



抗抑郁药

- 一些抗抑郁药有助于缓解神经疼痛和头痛。治疗抑郁和焦虑可以改善疼痛。
- **风险：**嗜睡、头晕、激动、困惑、口干、性功能障碍。



肌肉松弛剂

- 用于短期肌肉疼痛。
- **风险：**嗜睡。如果与阿片类药物一起使用，可能导致过量。



大麻 (Marijuana)

- 用于多种类型的疼痛，尽管证据有限。
- **风险：**头晕、困惑、口干、嗜睡、恶心和呕吐。
- **注意：**在美国联邦和一些州是非法的。

与您的药物提供者讨论哪种止痛药最适合您

找到更多帮助您缓解疼痛的方法：

www.northwestpainguidance.org/paineducationtoolkit/zh



阿片类止痛药：使用与风险



阿片类是什么？

阿片类是强效的处方止痛药，用于治疗中度至重度疼痛，如重大伤害或重大手术后。

➤ 常见品牌

OxyContin、Vicodin、可待因、Percocet

➤ 阿片类何时有用？

- 缓解重大伤害引起的疼痛，通常处方3至7天
- 缓解重大手术后的疼痛
- 生命终末期的舒适护理

➤ 有哪些风险？

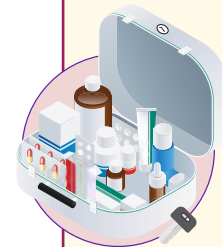
- 随时间变得不那么有效（耐受性）
- 可能发生依赖性
- 可能出现戒断症状
- 头晕、迟钝和困惑
- 便秘和恶心
- 降低性欲和性功能
- 呼吸减慢，可能加重睡眠呼吸暂停
- 如果与其他药物或酒精一起服用，可能导致过量或死亡

使用、储存和处置



如何安全使用阿片类止痛药

- 仅按处方服用。
- 服用阿片类药物时避免酒精、镇静剂和肌肉松弛剂。
- 如果您变得过于嗜睡或出现呼吸问题：- 立即拨打911，并停止服用任何药物，包括阿片类药物。
- 您的医生可能会开具纳洛酮 (Narcan)，这是一种用于逆转意外过量的药物。



如何安全储存和处置止痛药

- 不要让其他人使用您的药物。
- 始终将药物存放在安全的地方，远离儿童和宠物。
- 不要将可能致命的药物留在药柜中，以免被盗、出售或滥用。
- 正确处理所有未使用的药物。

[请查看此链接以获取俄勒冈州的回收点列表](#)





止痛药类别 - 常见用途和副作用

药物类别	药物名称	品牌名称	常见用途	常见副作用
非处方药	对乙酰氨基酚	泰诺	用于轻至中度疼痛。无需处方即可购买。	泰诺林 (对乙酰氨基酚)：肝损伤 艾德维尔/亚力士 (布洛芬)：胃溃疡、肾损伤
	布洛芬	Advil, Motrin		
	萘普生	Aleve		
抗癫痫药	加巴喷丁	Neurontin	用于神经痛和头痛。	嗜睡、意识模糊、头晕
	普瑞巴林	Lyrica		
抗抑郁药	阿米替林	Elavil	用于神经痛和头痛。治疗抑郁和焦虑可缓解疼痛。	嗜睡、头晕、激动、意识模糊、口干、性功能障碍
	度洛西汀	Cymbalta		
	文拉法辛	Effexor		
乳膏、凝胶和其他局部用药	利多卡因	Lidoderm	用于局部疼痛。	皮肤刺激
	双氯芬酸钠	Voltaren		
肌肉松弛剂	环苯扎林	氟呱嚙吨美利曲辛	短期用于肌肉酸痛。	嗜睡。 可与阿片类药物、镇静剂和酒精相互作用，抑制呼吸。
	替扎尼定	扎那非班		
	美索巴莫	罗巴辛		
大麻	THC - 可能影响精神状态 CBD - 不影响精神状态	数量众多，具体因州而异。	用于多种不同类型的疼痛，但研究有限。	头晕、意识模糊、口干、嗜睡、恶心和呕吐 注意：联邦法律禁止，但部分州法律允许
阿片类	吗啡	MS Contin, Kadian	用于重度疼痛，短期使用最有效，如手术后或急性创伤后。长期使用证据不足。	呼吸抑制、睡眠呼吸暂停、头晕、意识模糊、迟钝、呕吐、便秘、性功能障碍、依赖性、成瘾性、死亡
	氢可酮	Norco, Vicodin		
	羟考酮	Percocet, Oxycontin,		
	氢吗啡酮	Dilaudid		
	芬太尼	Duragesic		
	美沙酮	Dolophine		
	布托啡诺	Suboxone		