

Điều trị bệnh mãn tính là một quá trình lâu dài
Hãy kiên nhẫn

Các loại thuốc giảm đau khác nhau có những nguy cơ và lợi ích khác nhau

Hãy lên kế hoạch cùng nhà cung cấp phù hợp với quý vị

Trong một số trường hợp, thuốc có thể là một công cụ hữu ích để giảm đau



Thuốc opioid



Thuốc không theo toa



Thuốc chống động kinh



Thuốc giãn cơ



Nói chuyện với nhà cung cấp về thuốc giảm đau của quý vị



Thuốc chống trầm cảm



Cần sa



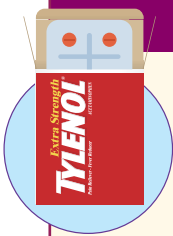
Thuốc tại chỗ

Thuốc không bao giờ là lời giải duy nhất





Thuốc giảm đau thông thường: Sử dụng và nguy cơ



TYLENOL (Acetaminophen)

- Giảm đau nhẹ đến vừa do đau đầu, đau cơ, viêm khớp, đau lưng, đau răng, cảm lạnh và sốt.
- Các nguy cơ: Sử dụng quá mức có thể gây tổn thương gan.



ASPIRIN, ADVIL, MOTRIN, ALEVE (NSAIDs)

- Giảm đau nhẹ đến trung bình và giảm viêm.
- Các nguy cơ: Dùng các loại thuốc này thường xuyên có thể gây ra các vấn đề về tiêu hóa và làm tăng nguy cơ chảy máu dạ dày.



THUỐC TẠI CHỖ

- Đối với đau cục bộ.
- Các nguy cơ: Kích ứng da.



CHỐNG ĐỘNG KINH

- Đối với đau đầu và đau dây thần kinh.
- Các nguy cơ: Buồn ngủ, nhầm lẫn, chóng mặt.



THUỐC CHỐNG TRẦM CẢM

- Một số thuốc chống trầm cảm có thể giúp giảm đau thần kinh và nhức đầu. Điều trị trầm cảm và lo lắng có thể cải thiện cơn đau.
- Các nguy cơ: Buồn ngủ, chóng mặt, kích động, lú lẫn, khô miệng, rối loạn chức năng tình dục.



THUỐC GIÃN CƠ

- Đối với đau cơ ngắn hạn.
- Các nguy cơ: Buồn ngủ. Có thể góp phần gây quá liều nếu sử dụng cùng opioid.



CẦN SA

- Sử dụng cho nhiều loại đau khác nhau, mặc dù bằng chứng còn hạn chế.
- Các nguy cơ: Chóng mặt, lú lẫn, khô miệng, buồn ngủ, buồn nôn và nôn.
- Ghi chú: Bất hợp pháp trên toàn liên bang và một số tiểu bang.

Nói chuyện với nhà cung cấp của quý vị về loại thuốc giảm đau nào là tốt nhất cho quý vị

Thuốc Giảm Đau Opioid: Sử dụng và nguy cơ



OPIOID – CHÚNG LÀ GÌ?

Opioid là thuốc giảm đau mạnh theo toa được sử dụng để điều trị cơn đau vừa đến nặng, chẳng hạn như sau một chấn thương lớn hoặc đại phẫu.

> CÁC THƯƠNG HIỆU PHỔ BIẾN

OxyContin, Vicodin, Codeine, và Percocet

> OPIOID HỮU ÍCH KHI NÀO?

- Giảm đau do chấn thương nặng, thường được kê đơn trong 3 đến 7 ngày
- Giảm đau sau các ca đại phẫu
- Để thoải mái cuối đời

> NHỮNG NGUY CƠ LÀ GÌ?

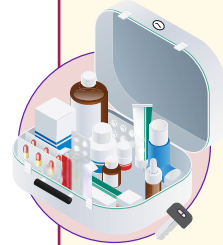
- Ít hiệu quả hơn theo thời gian (dung nạp)
- Có thể xảy ra tình trạng lệ thuộc
- Có thể xảy ra các hội chứng cai nghiện
- Chóng mặt, uể oải và lú lẫn
- Táo bón và buồn nôn
- Giảm ham muốn và chức năng tình dục
- Thở chậm lại có thể làm ngưng thở khi ngủ trở nên trầm trọng hơn
- Có thể gây quá liều hoặc tử vong nếu dùng chung với thuốc hoặc rượu khác

Sử dụng, lưu trữ và thải bỏ



CÁCH SỬ DỤNG THUỐC GIẢM ĐAU OPIOID AN TOÀN

- Chỉ dùng theo kê toa.
- Tránh uống rượu, thuốc an thần và thuốc giãn cơ trong khi dùng opioid.
- Nếu quý vị buồn ngủ quá hoặc có vấn đề về hô hấp: – Gọi 911 ngay lập tức và không dùng thêm bất kỳ loại thuốc nào, kể cả opioid.
- Bác sĩ của quý vị có thể kê toa Naloxone (Narcan) một loại thuốc để đảo ngược tình trạng quá liều.



CÁCH BẢO QUẢN VÀ TIÊU HỦY THUỐC GIẢM ĐAU AN TOÀN

- Không bao giờ được để người khác sử dụng thuốc của quý vị.
- Luôn bảo quản thuốc ở nơi an toàn, tránh xa trẻ em và vật nuôi.
- Đừng để các loại thuốc có khả năng gây chết người trong tủ thuốc của quý vị, nơi chúng có thể dễ dàng bị đánh cắp và bán hoặc lạm dụng.
- Vứt bỏ tất cả các loại thuốc không sử dụng đúng cách.

[Xem liên kết này để biết danh sách các địa điểm nhận lại thuốc ở Oregon](#)





CÁC LOẠI THUỐC GIẢM ĐAU – Cách Sử Dụng Phổ Biến và Tác Dụng Phụ

Loại thuốc	Tên thuốc	Tên thương hiệu	Cách sử dụng phổ biến	Tác dụng phụ phổ biến
Không kê đơn	Acetaminophen	Tylenol	Đối với đau nhẹ đến trung bình. Có thể mua mà không cần kê toa từ bác sĩ.	Tylenol: tổn thương gan Advil/Aleve: loét dạ dày, tổn thương thận
	Ibuprofen	Advil, Motrin		
	Naproxen	Aleve		
Chống động kinh	Gabapentin	Neurontin	Đối với đau dây thần kinh và nhức đầu.	Buồn ngủ, nhăm lẩn, chóng mặt
	Pregabalin	Lyrica		
Chống trầm cảm	Amitriptyline	Elavil	Đối với đau dây thần kinh và nhức đầu. Điều trị trầm cảm và lo lắng có thể cải thiện cơn đau.	Buồn ngủ, chóng mặt, kích động, lú lẫn, khô miệng, rối loạn chức năng tình dục
	Duloxetine	Cymbalta		
	Venlafaxine	Effexor		
Kem, gel và các loại thuốc bôi khác	Lidocaine	Lidoderm	Đối với đau cục bộ.	Kích ứng da
	Diclofenac	Voltaren		
Thuốc giãn cơ	Cyclobenzaprine	Flexeril	Được sử dụng ngắn hạn cho đau cơ.	Buồn ngủ. Có thể tương tác với opioid, thuốc an thần và rượu làm giảm nhịp thở, v.v.
	Tizanadine	Zanaflex		
	Methocarbamol	Robaxin		
Cần sa	THC – có thể thay đổi tâm trí	Quá nhiều để đếm, cụ thể cho các tiểu bang.	Được sử dụng cho nhiều loại đau khác nhau, mặc dù nghiên cứu còn hạn chế.	Chóng mặt, lú lẫn, khô miệng, buồn ngủ, buồn nôn và nôn LƯU Ý: Bất hợp pháp ở liên bang và hợp pháp ở một số tiểu bang
	CBD – không thể thay đổi tâm trí			
Opioid	Morphine	MS Contin, Kadian	Đối với cơn đau dữ dội, hữu ích nhất trong thời gian ngắn, như sau phẫu thuật hoặc chấn thương cấp tính. Bằng chứng là kém hiệu quả khi sử dụng lâu dài.	Ức chế hô hấp, ngưng thở khi ngủ, chóng mặt, lú lẫn, uể oải, nôn mửa, táo bón, rối loạn chức năng tình dục, phụ thuộc, nghiện, tử vong.
	Hydrocodone	Norco, Vicodin		
	Oxycodone	Percocet, Oxycontin,		
	Hydromorphone	Dilaudid		
	Fentanyl	Duragesic		
	Methadone	Dolophine		
	Buprenorphine	Suboxone		