



CHINESE – Managing pain following your caesarean

剖腹产术后疼痛控制

良好的疼痛控制很重要。合理服用止痛药会帮助您控制疼痛。当您出院回家时，我们可能会给您几种不同的药物止痛。

这些药通过不同方式止痛。

止痛药有三类。

- **扑热息痛**，例如 Panadol 或者 Panamax
- **消炎药**（布洛芬，如 Nurofen、Advil 或 Herron、双氯芬酸（Diclofenac）、扶他林（Voltaren））

消炎药可能会导致胃部不适，所以应随餐服用。除非遵循医嘱，否则请勿连续服用超过一星期。

- 如果出现脱水、胃酸反流、胃灼热现象，请停用消炎药。
- 如果您有（或曾有）胃溃疡、肾功能低下，请勿服用消炎药。
- 如果您有哮喘，请谨慎使用消炎药。

- **鸦片类药物**（羟考酮（oxycodone）或曲马多（tramadol））是强效止痛药。只能几天短期服用。

什么时候需要吃止痛药

规律性服用扑热息痛和消炎药可以止痛。

这样还可以减少服用鸦片类药物的需求。只有在使用其它止痛药无法控制疼痛时，才需要使用鸦片类药物。

- 阅读药物说明书。
- 在回家前，请在家附近药房购买扑热息痛及消炎药。
- 超过医嘱剂量服药是危险甚至致命的。
- 如果疼痛剧烈，可以同时服用扑热息痛、消炎药和鸦片类药物控制疼痛。
- 请不要等到疼痛加剧再服用止痛药。
- 如果您对用药有任何疑问，请咨询您的医生、药剂师或助产士/护士。
- 如果您在哺乳，您的医生会确保您服用的止痛药对宝宝是安全的。少量药物可能会进入您的母乳，所以请注意观察宝宝是否出现了任何副作用，例如嗜睡或厌食。

如果您知道某些活动会加剧疼痛，例如淋浴，请提前 30 分钟到一小时服用止痛药降低痛感。

如果您在家无法止痛

如果您需要更多药物或是在家无法自行止痛，请找您的家庭医生（GP）。

如果您的疼痛加剧或者您痛感强烈，服用止痛药无效，您应当去见您的家庭医生或者去最近的急诊部就诊。

如何停用止痛药

如果需要停用止痛药，请循序渐进，以确保疼痛不会反复。

1. 降低服用鸦片类药物的频率，直至完全停用。
2. 如果您的疼痛没有加剧，降低服用消炎药的频率。例如从一天三次到一天两次，再到一天一次，然后停用。
3. 在您停用消炎药后，降低服用扑热息痛的频率，或者是按需服用，而非规律服用。

可能出现的副作用

大部分副作用是轻微并且容易控制的。服用鸦片类药物时常见的副作用包括：嗜睡、便秘、恶心或呕吐、口干及头晕。在服用鸦片类药物期间请勿饮酒。

嗜睡

鸦片类药物可能会让您嗜睡并反应迟缓。请在尝试特定活动例如开车前，先等待并观察自己的药物反应。

恶心或呕吐

如果您觉得恶心，请尝试随餐服药并充分饮水。您的医生也可以帮您开药缓解。

便秘

保持活动量、喝水及在膳食中摄取纤维素可以帮助缓解便秘。您的医生可能在您服用鸦片类药物同时让您服用泻药。您也可以不需要处方，直接在当地药房购买泻药，例如：乳果糖（lactulose）/多库酯钠及番泻叶（Coloxyl and Senna）/多库酯钠（Coloxyl）/默维可(Movicol)。

- 服用扑热息痛或消炎药不会成瘾。
- 在剖腹产术后几天短期服用鸦片类药物，成瘾的可能性很小。
- 如果您对以上任何药物过敏，请勿服用。请咨询医生或药剂师其它药物选择。

如果您有更多问题或者对上述信息有任何疑问，请咨询您的医生、药剂师或者助产士/护士。

更多信息

如果您对以上信息有任何疑问，请联系：

Mercy 妇女医院

药房

电话: 03 8458 4675

Werribee Mercy 医院

药房

电话: 03 8754 3541

声明

资料提供:维州 Mercy 医院药房

提供日期: 2020 年 5 月

复检日期: 2020 年 6 月

再检日期: 2022 年 6 月