

手术后疼痛控制

手术后良好的疼痛控制可以让您保持舒适并且更好得恢复。

正确服用止疼药可以帮助您有效控制疼痛。

我们可能会给您几种不同药物帮助您止痛。由于这些药物工作原理不同，您可以同时服用以达到更好的止痛效果。

止疼药有三种：

□ 扑热息痛

例如 Panamax 或者 Panadol。

扑热息痛对轻微疼痛最为有效，尤其是在规律服用的情况下。扑热息痛也可以用于缓解更加剧烈的疼痛。

规律性服用扑热息痛可以降低您服用更加强有力止疼药的药量。在 **24** 小时内请勿服用超过 **8** 片含有扑热息痛的止疼药。

□ 消炎药

例如双氯芬酸(例如 Voltaren)或布洛芬(例如 Nurofen)。

消炎药可以帮助止痛，特别是在您有炎症(肿胀)的情况下。因为服用消炎药可能会导致胃部不适，请随餐服用。除非遵循医嘱，否则请勿连续服用消炎药超过一周。

如果您出现脱水、胃酸反流或者烧心的症状，请停用消炎药。如果您有(或者曾有)胃溃疡、肾功能低下，请勿服用消炎药。如果您有哮喘，请慎用消炎药。

□ 鸦片类药物

例如：羟考酮(例如安定(Endone)、奥诺美(OxyNorm))、磷酸可待因(Codeine)或曲马多(tramadol)。

鸦片类药物是强力镇痛剂，分为两种类型：

- 速效型(例如安定(Endone)、奥诺美(OxyNorm))，提供即时短效的镇痛效果。
- 缓释型(例如他金(Targin)及奥施康定(Oxycontin))，最多可提供长达 12 小时的镇痛效果。

开始服用新药

- 当您要开始服用新药时，请告知您的医生或药剂师您已经在服用的药物，因为有些药物可能会和您的止痛药起反应。
- 药物包括处方药、中草药及其它非处方药。
- 您可以在药盒标签上找到您服药的剂量及频率。
- 过量服药是危险甚至致命的。
- 扑热息痛、消炎药及鸦片类药物可以同时服用，以缓解剧烈疼痛。
- 如果对您的药物有任何疑问，请咨询您的医生、药剂师或者护士。

什么时候该服用止疼药

- 规律性服用扑热息痛及消炎药可以帮助止痛，并且帮助您减少需要服用鸦片类药物的药量。
- 如果医生给您开了缓释类鸦片类药物，您或许也需要在前几天规律服用。
- 只有当其它普通止痛药无效的时候，您才应当服用速效类鸦片类药物。
- 不要等到疼痛加剧再服用止痛药。
- 强力镇痛剂，例如鸦片类药物，在与扑热息痛及/或消炎药一起使用时，会发挥最好疗效。
- 如果您预知一些活动会导致您的疼痛加剧，例如洗澡或锻炼，请在开始那项活动前提前30分钟到一个小时服用止疼药，以降低疼痛程度。

如何停止服用止疼药

要停用止疼药，最重要的是要循序渐进，以确保疼痛不会反复。

1. 首先，减少您服用缓释型鸦片类药物的频率。如果疼痛没有反复，您可以停用此类止痛药。
2. 然后，减少服用速效型鸦片类药物的频率，最终停用。
3. 如果您的疼痛仍然没有反复，减少您服用消炎药的频率。例如，从每天三次到每天两次，到每天一次，最终停用。
4. 在您停用消炎药后，减少您服用扑热息痛的频率，或是按需服用，而非规律服用。

如果在家无法控制疼痛怎么办

如果您需要额外的药物或发现在家无法自行止痛，请找您的家庭医生（GP）。

如果您疼痛加剧，服用止疼药无效，您应当去见家庭医生或到离家最近的急诊部就诊。

关于药物的常规问题，您可以询问您的医院或当地药房药剂师。

可能出现的副作用

所有的药物都可能导致副作用。每个人对药物的反应都有个体差异。大部分副作用是轻微、可预见及容易控制的。

不是所有止疼药都适用于全部人群。如果您对药物有任何疑问或者担心药物副作用，请与您的医生、药剂师或者家庭医生核实。

服用鸦片类药物常见的副作用包括：嗜睡、便秘、恶心或呕吐、口干及头晕。

在服用鸦片类药物期间饮酒可能会加重药物副作用。

嗜睡

鸦片类药物可能会导致您嗜睡并反应迟缓。请在尝试某些特定活动，例如开车之前，先等待并观察自己的药物反应。

如果您刚生产完，请在抱孩子和照顾您的孩子的时候额外小心。

恶心或呕吐

止疼药有时候会让您感觉恶心。随餐服药及充分饮水可以帮助缓解这种感觉。

您的医生也可以帮您开药，以缓解严重的恶心反应。

便秘

有些止疼药可能会导致便秘。保持活动量、饮水及增加膳食中纤维的摄取都可以帮助缓解便秘。

当您在服用鸦片类药物的时候，您的医生可能会同时给您开泻药。最好规律服用泻药防止便秘，而非等到便秘时再开始服用泻药。

如果您担心会便秘，请咨询您的医生或药剂师。

您可以不用处方直接在当地药房购买以下泻药：

- 乳果糖（Lactulose）
- 多库酯钠及番泻叶（Coloxyl and Senna®）
- 多库酯钠（Coloxyl®）
- 默维可（Movicol®）

请记住

- 您不会对扑热息痛或者消炎药成瘾。
- 如果只是短期服用鸦片类药物止痛，成瘾的可能性很小。
- 如果您服用鸦片类药物超过两周，请咨询您的医生或药剂师关于停药的相关事宜，您可能需要逐渐减量，而非直接停药。
- 如果您有任何问题或无法理解任何内容，请咨询您的医生、药剂师或护士。

更多信息

如果您对以上信息有任何问题，请联系：

药房

Mercy 妇女医院
电话: 03 8458 4666

Werribee Mercy 医院
电话: 03 8754 3541

声明

资料提供: 维州 Mercy 医院药房

提供日期: 2018 年 6 月

复检时间: 2020 年 9 月

再检时间: 2022 年 9 月

这份文件仅提供常规信息，不可替代专业医疗人员针对您健康状况给出的建议。如果您对自身的情况有任何疑问，应当向专业医疗人员寻求帮助。