

疼痛與止痛

好「痛」...手邊有止痛藥，我能吃嗎？聽人家說止痛藥傷胃、傷腎、傷肝，到底該怎麼辦？

疼痛是每個人都經歷過的感受，其痛苦可大可小，性質也可能有所不同。疼痛是相當主觀、令人不喜的感受，會影響到生活品質，因此疼痛的緩解對所有病人都是很重要的課題。

在吃止痛藥前，首先要先搞清楚，為何而痛。疼痛的分類，一般可分為傷害感受性疼痛（*nociceptive pain*）與神經病變性疼痛（*neuropathic pain*）。

前者主要是有能夠具體測量或描述的實質傷害，例如碰撞或外傷可以看到傷口、運動乳酸堆積或體內發炎能用一些生化數值來呈現、內傷或腫塊壓迫可以藉影像學推估等痛覺神經受到刺激後產生訊號，經由一連串途徑將訊號送至大腦解讀出「痛的感覺」，而這最主要的用意就是警報「有危險！需注意！」，讓我們知道組織受傷了，需要將傷害移除或多休息讓其恢復。此類的疼痛除了止痛外，解決疼痛的原因是非常重要的。不論是外來的傷害或是體內的各種侵擾或異常，若單純的壓抑疼痛感可能僅是治標而非治本，不同原因導致的疼痛可能需要不同的方式才能有效的緩解。

而神經病變性疼痛尚缺乏具體的測量指標，神經系統因為某些刺激、後遺症、或不

明原因而不斷發出假警報，例如疱疹後神經痛、三叉神經痛、糖尿病神經病變或某些藥物導致神經敏感等。當然也有些疼痛可能無法明確歸類是 **nociceptive** 或是 **neuropathic**，只能嘗試尋找源頭並解決痛苦。

在藥物治療部分，普遍、常見的口服止痛藥多為下列幾種：

1. 乙醯氨基酚 (acetaminophen / paracetamol)：

- 。單純止痛解熱，並無消炎作用，為最普遍用來止痛或退燒的藥物，藥局也很常見。凡此成分的成藥，且因其作用較單純，就是症狀緩解，所以若成人不痛、不燒基本上可以不吃。
- 。副作用一般不太常見，但需注意的是一天最高劑量不宜超過 **4 g** (若以一般常見 **500 mg/tab** 換算就是 **8 顆**)，否則可能造成肝臟負擔。
- 。務必注意服藥期間勿飲酒，否則更易造成肝臟負擔，甚至可能導致肝臟受損！

2. 非類固醇消炎止痛藥 (non-steroidal anti-inflammatory drugs , NSAIDs)：

- 。藉著抑制體內環氧合酶 **cyclooxygenase (COX)**，阻止發炎物質前列腺素 (**prostaglandin**) 合成來達到消炎止痛效果。除口服藥外，也有相當多種的劑型 (如針劑、栓劑、藥膏、貼片等)，也是市面上許多成藥的有效成分。
- 。可依據其對 **COX** 的親和性/專一性分為非選擇性與 **COX-2** 選擇性，前者雖然消炎止痛的效果可能稍強，但腸胃道副作用 (如腸胃道潰瘍) 也大於後者，但兩者在心血管風險 (如中風) 與腎毒性並無明顯差異。

- 。有數種不同結構類別，故即使對其中某項曾有過敏記錄，若非屬嚴重過敏反應，可嘗試另一種結構類別的成分。若有此顧慮的病人，應明確告知醫師或藥師您曾發生過敏的藥品與當時反應為何，才能讓他們為您做最適切的判斷。
- 。此類藥物因並非單純止痛，還帶有抗發炎的作用，故於某些疾病（例如風濕性關節炎）可能需要常規性服用，以免疾病發作。

3. 鴉片類止痛藥（opioids）：

- 。單純止痛，種類繁多，可依據其各藥物止痛機轉特性、強度/效力、劑型設計（口服、口溶錠、針劑、貼片、口頰片等）、病人特異性（如肝腎功能、過敏、副作用）等，來選擇最適當的治療選項。
- 。常見副作用主要為便秘、噁心嘔吐、過敏，過量時可能造成呼吸抑制與精神抑制。一般的便秘等副作用，在服藥一段時間以後多可適應緩解，或者也可藉由其他輔助藥物來處理那些副作用；而像是呼吸抑制等較嚴重的副作用，在劑量增減上遵循適當流程、小心調整，則可降低風險。
- 。雖此類藥品因具有成癮性故多屬於管制藥品，但重點是「當用則用」！若能經醫師專業判斷、審慎評估，遵照醫囑用藥，定期回診追蹤，就無需太過擔心。

4. 而針對神經痛，則常會使用三環類抗憂鬱劑（tricyclic antidepressants，TCAs）、選擇性 5-羥色胺再攝取抑制劑（selective serotonin reuptake inhibitors，SSRIs）、某些抗癲癇藥物（如 gabapentin、pregabalin、carbamazepine、

oxcarbazepine) 等，以其抑制過度活化之神經的作用，達到緩解神經痛的效果。

5. 亦有部分特定原因造成的痛，可以藉由某些相對應的藥物緩解或預防，例如痛風使用秋水仙鹼 (colchicine)、偏頭痛使用翠普登類藥物 (triptans)、癌症骨轉移使用雙磷酸鹽類藥物 (bisphosphonates) 等。

因疼痛實在是太常遇見的問題，故止痛的方式千百萬種，此次主要講的僅是最常見的藥物治療部分（以口服藥物為主，其他還有許許多多，如止痛貼布、藥膏、噴劑等，因篇幅關係故不在此講述），但還有一些藉由外科（如手術阻斷特定神經）、電療、心理層面與認知治療等的方式，或是如中醫的中草藥、針灸等，在某些狀況下也都是有幫助的。止痛藥物雖然有時僅是治標，但這個標卻往往影響病人的生活甚鉅，故為每位病人選擇合適的藥物是非常重要的，需要查明肇因選擇藥品類別，再依據病人當下的肝腎功能與各種狀況選藥、調劑量，畢竟世上沒有仙丹，切勿聽信坊間流傳或標榜「不傷肝+不傷腎+不傷胃」的偏方或黑藥丸仔！重點是，要經正規中醫或西醫之醫療專業人員的評估、判斷，並遵照醫囑、適時追蹤！若是對病情或症狀有任何的疑慮，都應諮詢並反映給自己的醫師、護理師、藥師或治療師！

藥劑部藥師 傅千芳