衛教指導

編印單位：DON-4-外 030
制定日期：101 年 02 月 01 日
修訂日期：111 年 06 月 04 日第 6 版

# 癌症病人疼痛處理衛教指導

## ❖引起癌症疼痛的常見原因包括：

1. 腫瘤壓迫器官、神經或骨骼。
2. 因為癌細胞堵塞血管導致的血液循環不暢。
3. 身體某器官或管道被堵塞。
4. 感染或腫脹和發紅（發炎）。
5. 化療、放療或手術引起的副作用。
6. 緊張或不活動造成的肌肉僵硬。
7. 癌細胞轉移至骨頭而引起骨折。
8. 心理情緒影響（如擔心、害怕或憂鬱等）
9. 社會文化等因素，例如病人與家屬對於疼痛處理方式的知識、信念及期望都會影響病人的身體疼痛。

## ❖處理方法分為輔助療法及藥物處置：

### 一、輔助療法

可用來幫助控制疼痛和疲勞等症狀。包括情緒放鬆、談話療法、冥想、針灸、芳香療法、瑜珈、太極拳、氣功、音樂療法、藝術療法以及按摩等，皆有助於減輕壓力及焦慮、緩解疼痛及改善睡眠。

### 二、藥物療法

(一)常用於癌症疼痛的藥物種類包括：

1.非鴉片類止痛藥：如普拿疼及非類固醇消炎止痛類藥物。

2.鴉片類止痛藥：如可待因、嗎啡類藥物。常被建議用在中度到重度急性和持續性疼痛的治療

3.輔助性止痛藥：常用的藥物包括皮質類固醇、抗憂鬱劑、抗痙攣藥物及局部麻醉劑。

(二)藥物給藥方式有分為：

1.口服：由口服用止痛藥物，效果較慢。

2.止痛貼片：將止痛貼片黏貼於皮膚上，止痛藥經由皮膚吸收達到止痛的效果。注意不能使用熱水袋、電毯，不可隨意將貼片分割（或以任何方式）破壞貼片，而影響藥效。維持時間為 72 小時，因此，每三天更換一次。

3.黏膜給藥：平舒疼口頰溶片。將平舒疼(PAINKYL)粉紅面貼於臉頰內側並用手指固定壓 5 秒，貼片將在 15-30 分鐘內溶化。可用於癌症病人突發性疼痛。
4.靜脈注射給藥：常用於急性疼痛時注射，能快速止痛。
5.肌肉注射給藥：為侵入性給藥方式，容易造成注射部位疼痛。

## ❖鴉片類藥物副作用的處置

1. 便秘：此副作用不會因為服用久而產生耐藥性，一旦開始服用鴉片類藥物就預防性給予瀉劑。
2. 噁心與嘔吐：此為初期服用鴉片類藥物的病人常發生的副作用，通常只發生於用藥初期或增加藥物劑量時，持續5~10天。
3. 尿滯留：此副作用為短暫性現象，可以放置導尿管以短暫解決問題。
4. 神經系統副作用：鎮靜是始用止痛藥物最常見的中樞神經系統的副作用，病人大多數會主訴“服藥後想睡覺”。大部分的病人在使用鴉片類藥物的7~10天內就會得到緩解
5. 呼吸抑制：只要能夠漸進式調整鴉片類藥物，病人很少會出現呼吸抑制的情形。但若由靜脈注射或硬腦膜上等途徑給藥、增加劑量的速度太快以及病人本身的腎功能差等，都會增加呼吸抑制的危險。

## ❖返家重要的注意事項

當病人出現服藥過程有任何問題或新的疼痛發生、疼痛部位改變、服藥後疼痛的狀況沒有改善、三天以上未解便、服藥一週後仍整天感到嗜睡或噁心想吐；以及混亂等情形，請主動告知醫護人員，與醫師討論是否持續服用止痛藥物，千萬不要自行調整或停止藥物。

參考文獻：
胡文郁、陳宛榆、羅淑芬、陳書毓、黃翰心、陳幼貴（2011）。成人癌症疼痛臨床照護指引。腫瘤護理雜誌，11()，87-127。doi:10.6880/TJON.201112/SP_11.06