



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學藥劑學院主辦 針藥及藥劑親子園藥物安全系列講座2016

主題：長期痛症知多啲

講者：註冊藥劑師 洪維謙
日期：24/9/2016



講座內容

- 長期痛症的成因
- 長期痛症的治療
- 控制痛症的藥物
 - 止痛藥
 - 其他輔助藥物
- 其他治療方案



長期痛症的定義

- 持續痛楚三至六個月
- 可由傷患引致，但亦可以無明確原因
- 除痛楚外，長期痛症亦可衍生一連串健康問題，例如：
 - 四肢乏力
 - 失眠、渴睡
 - 胃口減退
 - 免疫系統變差
 - 缺乏出外活動的興趣
 - 性情改變，例如變得抑鬱、焦慮、易暴躁

David T. Derrer, MD. 2016. Pain Management Health Center. Accessed via WebMD (<http://www.webmd.com/pain-management/guide/cause-chronic-pain>).



長期痛症的成因

- 同一痛症可由一個或多個原因引致
- 與傷患無關的其他醫學問題也可引致長期痛楚
- 當痛症持續一段長時間後，即使傷患已復原，心理因素仍可使痛楚持續

NIH Medline Plus the Magazine, Spring 2011 Issue: Volume 6 Number 1, Page 5-6, accessed via <https://medlineplus.gov/magazine/issues/spring11/articles/spring11pg5-6.html>



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適，或者出現某些症狀，請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許，不得複製全部或任何部分。

長期痛症的成因

- 傷患復原欠佳或長期勞損
- 結構性問題
 - 脊柱側彎 (Scoliosis)
 - 腕管綜合症 (Carpal tunnel syndrome)
 - 扁平足 (Fallen arches)
 - 退化性關節炎 (Osteoarthritis)
 - 椎間盤退化 (Degenerative Disc Disease)
 - 骨質疏鬆 (Osteoporosis)
- 神經線痛 (Neuropathy)
 - 纖維肌痛 (Fibromyalgia)
 - 坐骨神經痛 (Sciatica)
 - 糖尿病神經病變 (Diabetic Neuropathy)
 - 疱疹後神經痛 (Post-Herpetic Neuralgia)
- 自體免疫性疾病 (Autoimmune diseases)
 - 類風濕關節炎 (Rheumatoid Arthritis)
 - 強直性脊椎炎 (Ankylosing Spondylitis)
 - 牛皮癬關節炎 (Psoriatic Arthritis)
- 痛風 (Gout)
- 偏頭痛 (Migraine)
- 萊姆病 (Lyme disease)
- 其他原因, 例如:
 - 癌症 (Cancer)
 - 多發性硬化症 (Multiple Sclerosis)
 - 胃潰瘍 (Stomach ulcers)
 - 愛滋病 (AIDS)
 - 膽囊疾病 (Gallbladder disease)



長期痛症的治療

- 治療目的為減輕痛楚及改善日常生活能力，並非完全消除痛楚
- 治療痛症需按患者情況貼身制訂治療方案，並有可能要持續嘗試不同方法，才可找到適合的治療方向



長期痛症的治療

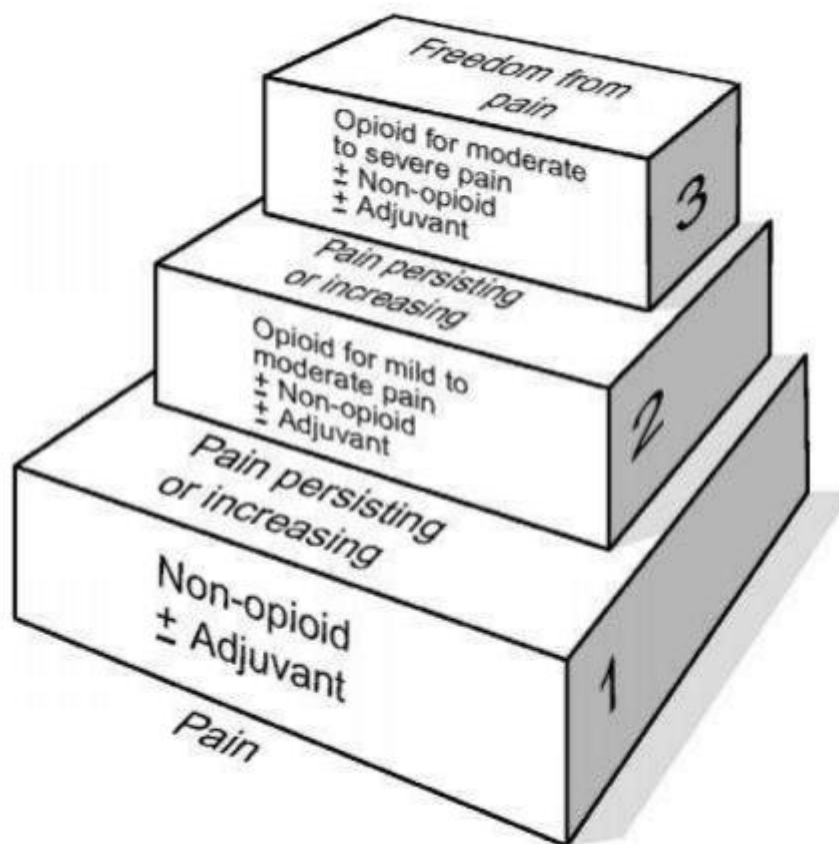
- 世界衛生組織 (WHO) 治療痛症方針：
 1. 盡量口服 (By mouth)
 2. 定時服藥 (By the clock)
 3. 循序漸進 (By the ladder)
 4. 度身訂做 (For the individual)
 5. 留意細節 (Attention to detail)

WHO Analgesic Ladder, by Pain Community Centre. Accessed via <http://www.paincommunitycentre.org/article/who-analgesic-ladder>.



控制痛症的藥物

- 世界衛生組織 (WHO) 止痛藥物階梯 (Analgesic Ladder)



控制痛症的藥物

- 非鴉片類 (non-opioid) 止痛藥：
 - 撲熱息痛 / 乙醯胺酚 (Paracetamol / Acetaminophen)
 - 非類固醇消炎止痛藥 (Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs, NSAIDs), 例如：
 - 傳統消炎止痛藥如布洛芬 (Ibuprofen)、雙氯芬酸 (Diclofenac)、萘普生 (Naproxen) 等
 - 新一代消炎止痛藥 (COX-2 Inhibitor) 如 Celecoxib, Etoricoxib 等
- 鴉片類 (opioid) 止痛藥：
 - 輕度鴉片類止痛藥 (weak opioids), 包括：
 - 可待因 (Codeine)
 - 雙氫可待因 (Dihydrocodeine)
 - 曲馬朵 (Tramadol)
 - 強力鴉片類止痛藥 (strong opioids), 包括：
 - 嗎啡 (Morphine)
 - 美沙酮 (Methadone)
 - 芬太尼 (Fentanyl)
 - 羥二氫可待因酮 (Oxycodone)



控制痛症的藥物

- 其他輔助藥物：
 - 用於控制神經線痛的輔助藥物：
 - 阿米替林 (Amitriptyline) – 可同時用於預防偏頭痛、纖維肌痛症及疱疹後神經痛
 - 卡馬西泮 (Carbamazepine)
 - 加巴噴丁 (Gabapentin)
 - 普瑞巴林 (Pregabalin)
 - 度洛西汀 (Duloxetine)
 - 用於控制偏頭痛的藥物：
 - 阿米替林 (Amitriptyline)
 - 5-HT 受體激動劑 (Triptans), 如舒馬曲坦 (Sumatriptan)
 - 普萘洛爾 (Propranolol)
 - 痛風症藥物：
 - 秋水仙鹼 (Colchicine)
 - 胃潰瘍藥物：
 - 中和胃酸藥 (Antacids)
 - 抑制胃酸藥如 H₂ 受體拮抗劑 (H₂ Receptor Antagonists) 和質子泵抑制劑 (Proton Pump Inhibitors, PPI)



非鴉片類止痛藥

- 最常使用的止痛藥

- 撲熱息痛 / 乙醯胺酚 (Paracetamol / Acetaminophen)

- 每日最大劑量為 4 克 (4000 毫克); 肝病患者的每日最大劑量可能更低
- 服用過量可致肝臟損害
- 如非過量服用, 副作用並不常見

- 非類固醇消炎止痛藥 (Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs, NSAIDs)

- 相對可能引致的副作用較多:

- 腸胃不適

- » 較常見於傳統消炎止痛藥; 新一代消炎止痛藥 (COX-2 Inhibitors) 較少
- » 建議與食物同服, 或餐後半小時內服藥

- 可能誘發哮喘病患者發作

- 腎功能不良者慎用

➔ 在沒有醫生監管下, 不建議長期服用高劑量止痛藥

Drug Information – Painkillers (analgesics), by Arthritis Research UK. Accessed via <http://www.nhs.uk/ipgmedia/national/Arthritis%20Research%20UK/Assets/Painkillers-analgesics.pdf>.



鴉片類止痛藥

- 輕度鴉片類止痛藥 (weak opioids):
 - 可待因 (Codeine), 雙氫可待因 (Dihydrocodeine), 曲馬朵 (Tramadol) 等
- 強力鴉片類止痛藥 (strong opioids):
 - 嗎啡 (Morphine), 美沙酮 (Methadone), 芬太尼 (Fentanyl), 羧二氫可待因酮 (Oxycodone) 等
- 可能引致的副作用:
 - 昏昏欲睡、暈眩
 - 噁心、嘔吐
 - 便秘
 - 藥物依賴 (drug dependence)

Drug Information – Painkillers (analgesics), by Arthritis Research UK. Accessed via <http://www.nhs.uk/ipgmedia/national/Arthritis%20Research%20UK/Assets/Painkillers-analgesics.pdf>.



阿米替林 (Amitriptyline)

- 三環類抗抑鬱藥
- 亦能有效預防神經線痛症及偏頭痛 (migraine)
- 可能需要 2 至 4 星期才能見最大療效
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、暈眩
 - 口乾
 - 便秘、排尿困難
 - 體重上升
- 如出現以下罕見副作用，應盡早求醫：
 - 容易出血或瘀傷
 - 嚴重腹痛或胃痛
 - 癲癇發作
 - 眼部不適如變紅、痛楚、腫脹等，或晚間直望光源時看見光環

WebMD – Amitriptyline. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-8611/amitriptyline-oral/>.



卡馬西泮 (Carbamazepine)

- 抗腦癇症藥
- 亦能有效預防三叉神經線痛症 (trigeminal neuralgia)
- 使用前建議先接受 HLA-B*1502 基因檢測
 - 如帶有 HLA-B*1502 基因，服後出現嚴重過敏反應如 Steven-Johnson Syndrome 及毒性表皮壞死 (Toxic Epidermal necrolysis, TEN) 等的機會將大增，因此不建議使用
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、暈眩
 - 口乾、噁心、嘔吐、便秘
- 如出現以下罕見副作用，應盡早求醫：
 - 嚴重口腔潰瘍
 - 眼睛或皮膚出現黃疸
 - 眼球有不尋常顫動，或視力變得模糊不清

WebMD – Carbamazepine. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-1493-5/carbamazepine-oral/carbamazepine-oral/details>.



加巴噴丁 (Gabapentin)

- 抗腦癇症藥
- 亦能有效治療神經線痛症
- 應避免與中和胃酸藥同服；兩者應相隔最少兩小時
- 長期服用可達致最佳療效
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、暈眩
 - 眼球有不尋常顫動，視力模糊或出現重影
 - 眼睛或皮膚出現黃疸

WebMD – Gabapentin. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-14208-8217/gabapentin-oral/gabapentin---oral/details>.



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適，或者出現某些症狀，請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許，不得複製全部或任何部分。

普瑞巴林 (Pregabalin)

- 能有效治療神經線痛症及纖維肌痛 (Fibromyalgia)
- 亦能用於部分腦癇症病人
- 長期服用可達致最佳療效
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、暈眩
 - 口乾、便秘
 - 體重上升
 - 容易出血或瘀傷

WebMD – Pregabalin. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-93954/pregabalin-oral/details>.



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適，或者出現某些症狀，請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許，不得複製全部或任何部分。

度洛西汀 (Duloxetine)

- SNRI 類抗抑鬱藥
- 亦能有效治療纖維肌痛 (Fibromyalgia) 及糖尿病神經病變 (Diabetic Neuropathy)
- 膠囊需整粒吞服，不可打開或弄碎
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、容易疲倦
 - 口乾、噁心、便秘、食慾減退
 - 血壓上升
- 如出現以下罕見副作用，應盡早求醫：
 - 眼睛或皮膚出現黃疸
 - 眼部不適如變紅、痛楚、腫脹等，或晚間直望光源時看見光環
- 如正服用 MAO-B 抑制類柏金遜藥 (如 Rasagiline 和 Selegiline)、心律不正藥或其他抗抑鬱藥，用藥前請務必告知醫生或藥劑師

WebMD – Duloxetine. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-91490/duloxetine-oral/details>.



普萘洛爾 (Propranolol)

- β -受體阻斷類血壓藥
- 亦用於預防偏頭痛 (migraine)
 - 對偏頭痛發作沒有療效
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、暈眩、容易疲倦
 - 噁心、嘔吐、胃痛
 - 心跳減慢
 - 氣促

WebMD – Propranolol. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-10404-9168/propranolol-oral/propranolol---oral/details>.



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適，或者出現某些症狀，請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許，不得複製全部或任何部分。

5-HT 受體激動劑

- 用於偏頭痛發作；不能預防偏頭痛
- 勿服用多於指定劑量上限
- 可能引致的副作用：
 - 昏昏欲睡、容易疲倦、暈眩
 - 面紅，手腳麻痺
 - 血壓上升
- 如正服用 MAO-B 抑制類柏金遜藥 (如 Rasagiline 和 Selegiline)，用藥前請務必告知醫生或藥劑師
- 如用後出現手腳變藍或冰冷，或聽覺出現異常，應盡早求醫

WebMD – Sumatriptan. Accessed via <http://www.webmd.com/drugs/2/drug-7741/sumatriptan-oral/details>.



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適，或者出現某些症狀，請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許，不得複製全部或任何部分。

秋水仙鹼 (Colchicine)

- 用於痛風發作；不能預防痛風
- 通常用於不適合使用非類固醇消炎止痛藥的痛風患者作止痛之用
- 如用後出現腸胃不適 (如腹瀉、嘔吐等) 應停服，以免引發更嚴重副作用
- 忌與大環內酯 (Macrolide) 抗生素 (如 Clarithromycin, Erythromycin) 同服
- 服藥期間不能吃西柚 (grapefruit) 或飲用西柚汁



控制胃酸藥物

- 包括：
 - 中和胃酸藥 (Antacids)
 - 抑制胃酸藥如 H₂ 受體拮抗劑 (H₂ Receptor Antagonists) 和質子泵抑制劑 (Proton Pump Inhibitors, PPI)
- 只能治療胃痛，對其他痛症無幫助
- PPI 能有效預防由傳統消炎止痛藥引致的腸胃不適或胃出血

James M Scheiman. "The use of proton pump inhibitors in treating and preventing NSAID-induced mucosal damage". *Arthritis Res Ther.* 2013; 15(Suppl 3): S5. Accessed via PubMed: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3891010/>.



吃止痛藥需要配胃藥嗎？

- 撲熱息痛 (Paracetamol) 及鴉片類止痛藥 (例如可待因, Tramadol 及嗎啡) 並不會刺激腸胃
- 傳統非類固醇消炎止痛藥可能引致胃痛等腸胃不適
 - 建議與食物同服, 以減輕腸胃不適及胃出血的風險
 - 如有以下任一風險因素, 建議使用消炎止痛藥期間同時服用質子泵抑制劑 (PPI):
 - 65 歲或以上
 - 曾有胃腸出血病史
 - 需要長期服用消炎止痛藥
 - 需服用高劑量消炎止痛藥
 - 同時需服用阿士匹靈 (Aspirin) 或抗凝血藥如 Warfarin, Dabigatran, Rivaroxaban Apixaban 等
- 新一代的止痛消炎藥 (如 Celecoxib, Etoricoxib 等) 亦較少引致腸胃不適

NSAIDs – Prescribing Issues, by National Institute of Clinical Excellence, UK. Accessed via <http://cks.nice.org.uk/nsaids-prescribing-issues>.



藥物以外的治療方案

- 針灸
- 經皮神經刺激 (TENS)
- 介入性 (invasive) 治療, 例如神經阻斷術 (nerve block) 等
- 心理治療 (psychotherapy) 如:
 - 放鬆療法 (relaxation therapies)
 - 生物反饋 (biofeedback)
 - 行為療法 (behaviour modification)
- 另類療法 (complementary or alternative medicine, CAM) 如:
 - 太極
 - 冥想



社區藥物輔助資源

社區藥房Rx



中文大學藥劑學院網上諮詢系統

<http://www.ampoule.org.hk/>



[新用戶](#) | [忘記密碼](#)

登入名稱:

用戶密碼:

[中文](#) | [EN](#)

[主頁](#)

[問藥劑師](#)

[留言板](#)

[常見問題](#)

[資料庫](#)

[視訊中心](#)

[下載區](#)

[關於我們](#)

問藥劑師



» 問藥劑師

請選擇您想查詢的資訊的類型：

- 藥物副作用
- 藥物成分及用途
- 藥物使用及貯藏需知



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適，或者出現某些症狀，請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許，不得複製全部或任何部分。

香港中文大學醫學院外展服務

活動

- 正確用藥知識講座
- 健康檢查
- 個別藥劑師輔導



多謝!

祝身體健康, 生活愉快!



香港中文大學
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
The Chinese University of Hong Kong



資料內容不應用作診斷或選擇治療方針的根據。如閣下發現自己身體不適, 或者出現某些症狀, 請向您的醫生查詢。版權俱屬香港中文大學藥劑學院及講者所有。未經允許, 不得複製全部或任何部分。