

癌症病人之疼痛控制

疼痛是癌症最常見的症狀之一，疼痛是當身體受損害時所發出一種訊號、是一種主觀的感覺，用來提醒我們身體該部位已經受損，須找出可能原因加以治療，算是一種保護機制。牽涉範圍包含生理層面、感覺層面、情感層面、認知層面、行為層面及社會文化層面等六個層面，痛可能會造成不適或痛苦。痛可能是持續的或是間歇的，也可能是刺痛、鈍痛或尖銳痛的。不管你所感到的疼痛為何，只有你自己才能夠描述它。

一、疼痛的導因：

疼痛發生的原因有很多種。在傳達痛覺的神經線路中，任一處的病變都有可能造成疼痛，癌症病人的疼痛可能與腫瘤、外傷、神經性病變或發炎反應等原因所引起。癌症病人疼痛，可能是癌症本身或是治療方法的副作用所致。但不論原因為何，疼痛是可以獲得緩解。

二、如何描述疼痛程度：

病人對疼痛程度的了解，可幫助醫師決定如何控制。可依照疼痛量表來對疼痛分級。試著選擇 0~10 的數字來為你的疼痛分級。數字愈大代表疼痛程度愈嚴重。疼痛程度的評估臨床上常見的為美國國家癌症資訊網（National Comprehensive Cancer Network，NCCN）所建議的臉譜量表。



同時也請病人告訴醫師：何時最感疼痛？大部份時候的疼痛多嚴重？最輕微的時候，疼痛程度為何？病人的疼痛隨著治療而有什麼樣的變化？當疼痛時，作何種事或何種姿勢可減緩疼痛？疼痛的性質，如刺痛、灼熱痛、鈍痛。

三、如何控制疼痛

癌症之處理包括對主要癌症之治療，以及止痛針、麻醉劑、神經外科手術、復健治療、心理治療與精神醫學治療，以下有幾個緩解疼痛的方法：

1.使用藥物：在服用任何藥物必須要有醫囑

依據世界衛生組織(W H O)藥物治療則是訂定了止痛藥給藥五大原則：

(1) By the mouth (口服)

(2) By the clock(定時給藥)

(3) By the ladder(依三階梯方式給藥)：

第一階：非鴉片類±輔助療法。

第二階：弱鴉片類±非鴉片類±輔助療法。

第三階：強鴉片類±非鴉片類±輔助療法。

(4) For the individual(因人而異給藥)

(5) Attention to detail(注意細節)：如果所使用的藥物無法解除疼痛時，應儘快告知醫師或護理人員。

2.復健及運動：

輕度運動量的動作和伸展運動，可減輕疼痛並改善健康狀態。

3.冷／熱敷或按摩：

可幫助疼痛部位放鬆以減少肌肉張力，但需請教醫師，以避免壓迫性骨折等傷害。

4.針灸：

藉由刺激神經以阻斷疼痛訊號的方法，可緩解部份病人的疼痛，但須由有執照之針灸專業人員執行之。

5.放射線治療：

常常被用來緩解因癌症轉移至身體其他部位的疼痛。

國軍左營總醫院 護理部 關心您的健康

如有疑問請撥 (07) 5817121 轉分機 2776