

止痛藥到底傷不傷身?

楊子涵

民眾常詢問：「止痛藥會不會傷身？」，回答這問題之前，需先瞭解止痛藥，主要可分為三類：

第一類為乙醯胺酚 (acetaminophen)，屬於中樞止痛藥，可用於止痛與退燒，例如普拿疼等，大量服用會造成肝臟損傷。具飲酒習慣或 B、C 型肝炎者會增加藥品中毒的風險，有嚴重肝病或肝硬化者應事先告知醫師或藥師，並依照醫師或藥師指示服用藥品。

第二類為非類固醇消炎止痛藥 (nonsteroidal anti-inflammatory drugs，簡稱 NSAIDs)，具有止痛、消炎與退燒的療效，常用於退化性關節炎、類風溼性關節炎或肌肉發炎等疾病。第一代藥品如阿斯匹靈 (aspirin)、diclofenac、ibuprofen、naproxen 等可能出現胃腸道潰瘍出血，而第二代藥品如 celecoxib 與 etoricoxib 則較少胃腸道副作用。此類藥可能引起肝指數升高，長期服用可能導致腎臟損傷或增加嚴重不良心血管事件（如心肌梗塞及中風）。18 歲以下兒童及青少年請勿自行服用含有阿斯匹靈成份的藥品，以免發生罕見但嚴重的雷氏症候群 (Reye's syndrome)。

第三類為鴉片類 (opioid) 止痛藥，為管制類藥品，具有成癮性，醫師需具備管制藥品使用執照才能開立處方，再經由藥師調劑供應，例如嗎啡等。最主要危險在呼吸抑制，其他副作用包括便秘、排尿障礙等。

為避免止痛藥「傷身」的狀況，民眾服用止痛藥時應掌握兩個原則：(1) 突發急性疼痛應尋求醫師診治，若無法立即就醫或經醫師確認可自行用藥（如生理期痛），可至合法社區藥局，諮詢藥師後購買成藥或指示藥服用，若未緩解則必須就醫；(2) 疼痛緩解後，應與醫療專業人員討論後停用止痛藥。

正確並合理地使用止痛藥並不會「傷身」，若發生副作用應立即諮詢醫療專業人員，且平時應養成健康的生活習慣如適當運動、充足睡眠等，以預防並避免過度依賴止痛藥。

表. 止痛藥使用時注意事項

止痛藥分類

注意事項

乙醯胺酚

- 成人24小時內不得超過4公克 (相當於500毫克8顆)，每次應間隔4-6小時
- 患者應瞭解肝毒性的警告徵兆及症狀 (如噁心、疲倦、嗜眠、搔癢、黃疸、右上腹壓痛等)。如果出現這些徵兆及症狀，應諮詢醫療人員並立即就醫。
- 勿飲酒，以免增加副作用發生率

非類固醇 消炎止痛藥

- 若為腸溶微粒膠囊，可打開膠囊但不可咬碎或磨碎
- 建議與食物併服、避免空腹服藥，以防腸胃問題或腸胃出血
- 如果出現胃腸潰瘍或出血的徵兆或症狀、皮疹過敏、原因不明的體重增加或水腫，應立即告知醫師
- 勿飲酒，以免增加副作用發生率

鴉片類 止痛藥

- 使用鴉片類止痛藥初期可能引起嗜睡，應避免開車或操作機械
- 勿飲酒，以免增加副作用發生率