

吃止痛药出现不良反应怎么办

廖开慧（宁南县人民医院，四川宁南 615400）

止痛药是日常生活中最常见，也是最常用的一种药物类型，主要用于治疗疾病或者外伤引起的疼痛，通过对症服用止痛药可以有效缓解症状。但是，不是所有的止痛药都可以使用。正所谓“是药三分毒”，有些止痛药千万不能乱吃，也不可以长期服用。

1 阿片类药物

此类药物不良反应多见于用药初期、过量用药，不良反应以及严重程度也会受患者个体差异的影响。

1.1 治疗原则

阿片类药物在癌痛的治疗中，主要通过控缓释药物来对基础痛进行制止，而速释药物的使用，可以制止突发痛。该药无封顶效应，但是对神经病理性疼痛的治疗效果有限，对呼吸抑制的耐受程度也有短期、完全之分，除便秘症状之外，并不会长时间地导致全身脏器出现副作用。

1.2 阿片类药物不良反应

不良反应以便秘、恶心呕吐、嗜睡、眩晕、尿潴留等最为常见。

1.2.1 便秘

便秘是使用此类药物治疗最常见的一种不良反应。临床数据显示，吗啡等药物口服治疗后，患者便秘发生率一般在40~70%左右。而且其他因素也会引起不同程度的便秘，例如高龄、尿毒症、代谢因素（糖尿病、高钙血症）、脱水、甲状腺机能减退等。

预防措施：适量增加饮水量，以含纤维素食物为主，辅以适当活动。

（1）饮食方面。年龄较小者千万不要吃容易胀气的食物，食物多以富含膳食纤维的新鲜蔬菜和水果为主。因为富含膳食纤维的新鲜蔬菜和水果，会在很大程度上减轻肠道负担并帮助肠道排气。

（2）培养定时排便习惯。排便习惯是可以逐步培养的，可以借助相关措施来培养排便习惯。例如多吃南瓜，其富含胶质，可以吸附胃壁上的毒素和垃圾后将其排出体外，在胃部形成保护膜从而修复受损胃黏膜。小米粥清淡、易消化，可以滋养肠胃的同时修复受损胃黏膜，增强胃动力的同时提高胃吸收功能。非常适合养胃。

治疗措施：必要时可以服用番泻叶、麻仁丸、便乃通等药物进行通便。特殊情况下，还可使用硫酸镁、比沙可定、乳果糖等重度便秘强泻药。

1.2.2 恶心呕吐

预防措施：在使用药物7天内，可以预防性的使用胃复安（甲氧氯普胺）进行预防。

治疗措施：轻度者使用胃复安（甲氧氯普胺）、氯丙嗪；重度者可以按时用止吐药。抗呕吐药物选择时应注意，如果一类药物无效，应及时更换药物，其中5-HT₃受体抑制剂以及糖皮质激素药物，是预防效果最强且副作用小的药物。

1.2.3 嗜睡

预防措施：初次用药时，一定要遵医嘱控制好药物剂量。

治疗措施：可遵医嘱适量减少药物剂量，必要时还可改用咖啡因等药物。

1.2.4 眩晕

预防措施：初次使用药物时，控制好药物剂量。

治疗措施：轻度患者可在数日内自行缓解，中重度患者就需要接受相关药物治疗，例如抗组胺、镇静催眠等药物。

1.2.5 尿潴留

预防措施：停止使用相关药物，多喝水，确保膀胱保持充盈状态。

治疗措施：使用流水法、按摩法来诱导排尿。

1.3 合理选择阿片类药物

理想的阿片类药物选择必须具备以下几点：

- （1）具有较高的 μ 受体选择性，且镇痛作用属于强效。
- （2）给药方式一定要方便且具备无创性。
- （3）药物使用后起效快且用药间隔时间长，使用后峰谷比低。

2 抗惊厥类药物

此类药物主要用于神经病理疼痛，属于一种辅助用药，不良反应以“恶心呕吐、食欲不振、嗜睡、疲劳、共济失调、眩晕、精神异常、失眠”最为常见，情况较严重者甚至会引发“低钠血症、肝损害、骨质疏松、齿龈增生以及畸胎”，所以，此类药物孕妇以及严重心血管功能异常患者是禁用的，而预防措施也只能是叮嘱患者药物治疗期间，定期来医院进行血象以及电解质的检查。

3 非甾体抗炎药

此类药物止痛效果相对较弱，还有剂量封顶。所以，即便是不断地增加药物剂量，也达不到理想的止痛效果，而常见的不良反应有消化道溃疡，以及血小板功能异常等。

预防措施：长期用药一定要控制好药物剂量，同时，还可联合抗酸剂、米索前列醇、奥美拉唑等药物来有效预防消化道溃疡。

4 皮质激素类药物

此类药物主要用于肿瘤侵犯中枢神经系统所引起的疼痛，属于辅助用药。典型药物有地塞米松、泼尼松，患者常见的不良反应有痤疮、骨质疏松、水钠潴留、定向障碍、抑郁、激动、疲劳等。所以存在消化道溃疡、严重高血压、精神病以及血栓性静脉炎和细菌、真菌感染者是禁止使用此类药物的。

5 哌替啶

此类药物主要用于慢性癌痛患者，常见的不良反应有神经异常、神志不清以及昏厥。哌替啶代谢产物具有较弱的止痛作用，但是该药毒性较强，所以，药物作用时间较短。因频繁给药会造成体内蓄积，从而加重神经毒性，一定要遵医嘱慎重用药。