



關於癌症疼痛

About Cancer Pain

如果您患有癌症，您可能會擔心有疼痛。大約 1/3 的人在癌症治療時將會感到疼痛。但是一些癌症不會引起任何身體的疼痛。

疼痛會在許多方面影響您的生活。它可能會妨礙您的日常生活。當您的家人和朋友不知道您的感受時，它可能讓人非常難受。

疼痛能讓您感到

疲勞

沮喪

生氣

煩躁

孤獨

有壓力

疼痛會干擾

日常生活

對工作和愛好的興趣

睡眠

飲食

與朋友和家長的關係

享受生活

癌症疼痛是可以治療的

有很多種藥物和非藥物方法可以幫助減輕您的痛苦。您不要相信疼痛是患癌的一個正常組成部分。每個人的痛苦都是獨特的。如果您感覺疼痛，那您必須接受治療。一旦疼痛被控制住，人們就可以吃得更好、睡得更好、享受與家人和朋友在一起時光、並且往往能繼續工作和愛好。

許多人害怕吃止痛藥，因為他們不想上癮。這個小冊子可能會幫助您知道，在治療癌症相關疼痛的患者中，上癮是非常罕見的。有人擔心不良的副作用，但是您的醫療團隊能夠幫助您預防或控制大部分的副作用。

為什麼人們感到疼痛

癌症患者可能身體的某一部分疼痛，或他們可能總體感覺不舒服。也許他們只是不能感到舒適。有時疼痛可能是由於惡性腫瘤壓迫神經、骨頭、或者您身體的器官。癌症的治療以及它的副作用也會引起疼痛。或者您可能仍然有與癌症無關的疼痛，如頭痛或關節炎。

把疼痛告訴您的醫生或護士

只有您自己知道您有多麼痛。一些癌症患者很難談論他們的痛。當您疼痛時告訴您的醫生和護士，這是很重要的。如果您等到疼痛非常糟糕時，就很難控制了。

您的醫療團隊需要知道：

- 您疼痛開始的時間？
- 您疼痛有多久了？
- 哪裡疼痛？
- 疼痛有多強？
- 什麼感覺？是刺痛、鈍痛、陣痛、持續穩定的痛、火燒火燎的痛，等等？
- 什麼事能讓它變得更糟？什麼事能讓它變得更好？
- 您從正在服用的藥物中得到多少緩解？

詢問您的醫生或護士：

- 什麼導致了我的疼痛？
- 什麼能給我緩解疼痛？
- 我應該如何服藥、何時服藥、以及服多長時間？
- 我需要與食物一起服用藥物，還是用額外的流體服用藥物？
- 服藥後藥效持續多久？
- 常見的副作用是什麼？如果出現副作用，我該怎麼辦？
- 如果止痛藥沒有幫助，我應該做些什麼？我可以吃更多嗎？吃多少？

- 服用止痛藥限制我做事情嗎？比如工作、開車等。
- 與止痛藥一起服用其他藥物，安全嗎？
- 我還能做些什麼，來幫助緩解我的痛苦？

您應該知道：

- 癌症疼痛通常能得到緩解。
- 治療癌症疼痛是癌症治療的一部分。
- 控制疼痛的最好方法是防止疼痛的開始或惡化。
- 告訴您的醫生或者護士有關您的疼痛不是弱者的表現。
- 您有權利要求止痛。
- 服用治療癌症疼痛的止痛藥很少讓人上癮。
- 如果他們按醫生的要求服用止痛藥，大多數人不會“過度興奮（高）”或失去控制。
- 止痛藥的副作用通常可以得到控制和預防。
- 您的身體對止痛藥不會產生抗藥力。應該不需要把更藥力更強的藥“留著以後用。”
- 止痛藥物以不同的方式影響著人們。有些人一個很小的劑量就有效，而其他人可能需要一個更大的劑量才能緩解疼痛。
- 應該只能有一個醫生給您開止痛藥。如果您的醫生中的一個醫生改變您服用的藥，該醫生應該確保其他醫生知道這種改變。
- 不應該被分享止痛藥。不要吃別人的藥，也不允許他人吃您的藥。在過去對您有效的止痛藥，可能現在不適合您。對一個朋友或親戚有效的藥物可能並不適合您。並且，有些藥可能與作為您癌症治療一部分的、正服用的其他藥物有衝突。

對疼痛控制計畫，您負有責任，並且可以隨時改變。瞭解更多關於如何與您的醫生討論疼痛、如何對您的止痛藥進行記錄、和其他您所能做的有助於控制疼痛的事情，隨時給我們打電話，不管白天還是晚上，電話號碼：1-800-227-2345。

Language: Traditional Chinese

Last Medical Review: 11/17/2015

Last Revised: 11/17/2015

For additional assistance please contact your American Cancer Society
1-800-227-2345 or www.cancer.org