



# 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2018

## 主題：長期痛症知多啲

講者：洪維謙註冊藥劑師

日期：1/9/2018

# 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>).



香港中文大學  
The Chinese University of Hong Kong



香港中文大學藥學院  
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

- 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



香港中文大學藥學院  
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)

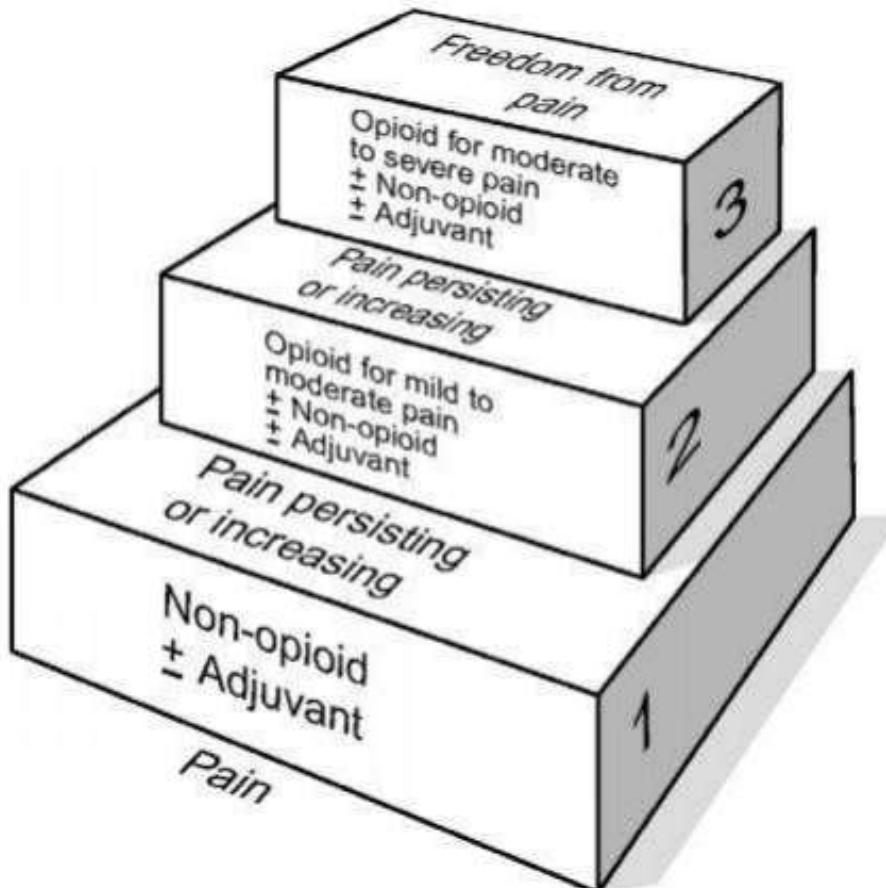
---

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：
  - 摟熱息痛 / 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：
    - 吗啡 (Morphine)
    - 美沙酮 (Methadone)
    - 芬太尼 (Fentanyl)
    - 羅非西丁 (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、纖維肌痛症及疤痕後神經痛
    - 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 H<sub>2</sub>受體拮抗劑 (H<sub>2</sub> 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>.



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。

# 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)：
  - 嘴啡 (Morphine) , 美沙酮 (Methadone) , 芬太尼 (Fentanyl) , 羅比可待因 (Oxycodone) 等
- 可能引致的副作用：
  - 昏昏欲睡、暈眩
  - 嘔心、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>.



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。

# 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>.



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。

# 加巴噴丁 (Gabapentin)

- 抗腦癲症藥
- 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>.



# 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)

- $\beta$ -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
  - 嘔心、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>.



# 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 Seligiline)，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>.



# 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  $H_2$  受體拮抗劑 ( $H_2$  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？

- 摳熱息痛 (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>.



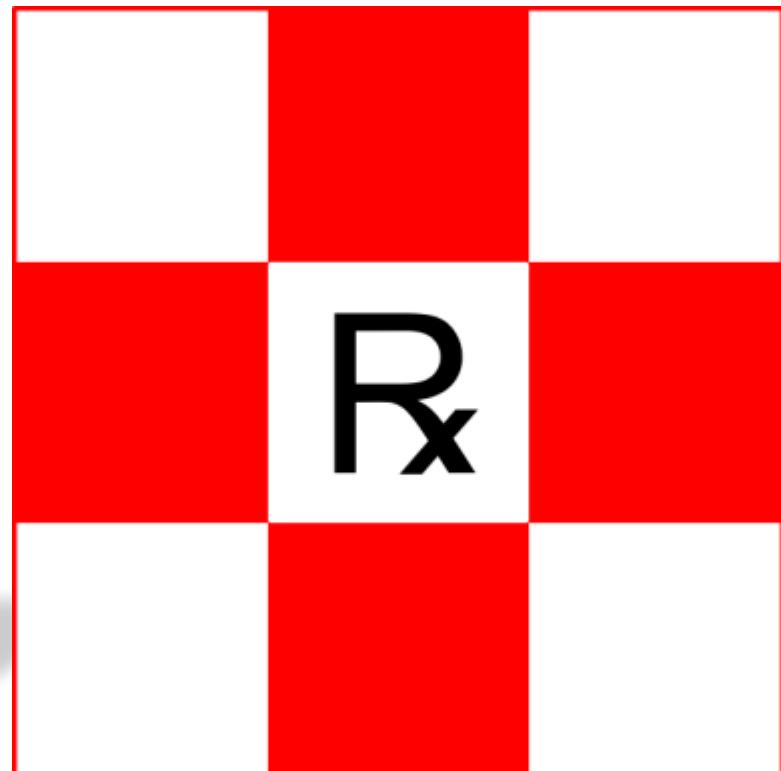
# 藥物以外的治療方案

- 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



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。

# 中文大學藥劑學院網上諮詢系統

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

drugs@cuhk.edu.hk | Admin 行政: (852) 3943 3798. For drug enquiry, please use 'Ask My Pharmacist' function. 藥物問題請透過“問藥諮詢”功能查詢。

問藥諮詢 預約薦商頭 健康資訊 常見藥物知識 會員 搜索 語言

針藥  
AMPOULE

針 藥  
AMPOULE  
網上藥物諮詢平台

藥劑師



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。

# 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



香港中文大學藥學院  
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。