



患者与照护者资讯

阿片类药物：您需要知道什么

这份资料讲解了什么是阿片类药物以及如何安全地使用它们。

什么是阿片类药物？

阿片类药物是强效止痛药，您的医疗保健提供者（比如您的医生或高级实践提供者可能会给您开阿片类处方药来缓解中度至重度疼痛。尽管阿片类药物有一些风险，但是它们可以帮助您对治您的疼痛。重要的是要在使用阿片类药物的时候遵守您的医疗保健提供者的指示和这份资料中的小窍门。

当其他药物不能帮助您止痛或者可能会干扰您的癌症治疗时，可能会给您开阿片类药物。阿片类药物可帮助您对治您的疼痛，这样您就能够进行日常活动并改善您的生活质量。

一些常开的阿片类药物是：

- 氢可酮（维柯丁）(Hydrocodone [Vicodin®])
- 羟考酮 (Oxycodone [Percocet, Oxycontin®])
- 二氢吗啡酮 (Hydromorphone [Dilaudid®])
- 吗啡 (Morphine [Duramorph])
- 芬太尼贴片 (Fentanyl patch [Duragesic])
- 丁丙诺啡 (Buprenorphine)
- 美沙酮 (Methadone)
- 可待因（硫酸可待因）(Codeine [Codeine Sulfate])
- 曲马多 (Tramadol [Ultram®])
- 美沙酮（多罗芬）(Methadone [Dolophine®])
- 哌替啶（杜冷丁）(Meperidine [Demerol®])

什么是阿片类药物泛滥？

阿片类药物泛滥指近期增加的阿片类药物成瘾（成瘾是指对使用某种物质的强烈冲动）和阿片类药物相关死亡。这是由阿片类药物的滥用造成的。当您有以下情况时，就存在阿片类药物的滥用：

- 不按您的医疗保健提供者开的处方使用阿片类药物
- 使用其他人的阿片类药物
- 在您不需要阿片类药物的时候使用它们

通过遵守您的医疗保健提供者的指示，您能安全地使用阿片类药物来对治您的疼痛。

我如何能安全地使用阿片类药物？

通过遵守这些小窍门，您能安全地使用阿片类药物。

- **遵医嘱使用它们。**当使用阿片类药物时，遵守您的医疗保健提供者的指示。使用阿片类药物请勿超过您的医疗保健提供者指示的药量或频率。
- **列一份您的所有药物的清单。**这份清单应包括您正在使用的所有的阿片类药物、其他药物和膳食补充剂（比如草药、维生素或家庭民间疗法）。跟踪记录您使用它们的名称、药量和频率是很重要的。您在每一次就诊时都要带上这份清单。
- **当使用阿片类药物的时候避免饮酒和使用娱乐性毒品。**
- **安全地储存它们。**把您的阿片类药物存放在安全的地方（比如上锁的壁柜里），并且让其他人取不到（这可包括访客、儿童、朋友、宠物和家人）。
- **如果您不需要它们，请勿保留它们。**当您不再需要阿片类药物时，扔掉您未使用的或过期的阿片类药物。更多信息，请参考“我能如何扔掉我的未使用的阿片类药物？”章节。
- **仅使用开给您的阿片类药物。**请勿把您的阿片类药物与其他人分享或使用其他人的阿片类药物。
- **与您的医疗保健提供者就改变您的剂量交谈。**突然停止使用阿片类药物可使您因药物戒断而出现副作用。这并不意味着您上瘾了，而是当您太快停止使用药物时的正常反应。如果您想增加、减少或停止使用阿片类药物，询问您的医疗保健提供者

如何安全地停止。

我会如何知道我正在上瘾？

尽管有癌症相关疼痛的患者对阿片类药物上瘾的情况很少见，但这是有可能的。上瘾在感觉上就好像有一种无法控制的要去使用阿片类药物的冲动，即使没有疼痛也会这样。

如果您认为您可能处于上瘾的风险之中，与您的医疗保健提供者交谈。上瘾的一些常见风险因素包括：

- 有物质滥用的个人或家族病史
- 年龄不超过45岁
- 抑郁（有强烈的悲伤感觉）
- 焦虑（有强烈的担心或害怕的感觉）

我能去哪里寻求帮助？

如果您担心上瘾或者有关于使用阿片类药物的疑问，与您的医疗保健提供者交谈，包括您的医生、护士和社工。他们能帮助您获得您需要的护理。

在史隆—凯特琳癌症纪念医院（Memorial Sloan Kettering, MSK），我们与每个人都就他们的阿片类药物滥用风险进行交谈。对于需要治疗阿片类药物滥用的人，我们在MSK或外部治疗中心提供额外的支持。如想获得更多信息，请访问下面的网站。

疾病控制中心（Center for Disease Control, CDC）

www.cdc.gov/drugoverdose

访问他们的网站，来了解更多有关阿片类药物滥用和过量的风险。

物质滥用和心理健康服务管理局（Substance Abuse and Mental Health Services Administration, SAMHSA）

800-662-HELP (800-662-4357)

www.samhsa.gov/find-help/national-helpline

SAMHSA的全国帮助热线是一项免费、保密的转介和信息电话服务，面向遇到心理或物质使用障碍的人们及其家人。这条帮助热线一天24小时、一周7天开放，提供英语和西班牙语服务。致电或访问他们的网站来了解更多信息。

有哪些常见的副作用？

您在使用阿片类药物的时候可能会有副作用。以下是常见的副作用，不过还可能有其他副作用。如果您对副作用有任何顾虑，与您的医疗保健提供者交谈。阿片类药物可导致：

- 便秘（排便次数比平常少）。有关如何对治便秘的更多信息，请参考本院的资讯《便秘》（[Constipation](#)）。
- 恶心（感觉好像您就要呕吐）或呕吐。这通常会在几天内缓解。
- 嗜睡妨碍了您的日常生活。如果在3到5天内没有好转，请致电您的医疗保健提供者。

为什么年长者的副作用或许会更严重？

- 年长者可能会患有更多的医疗病症，这意味着他们或许需要比年轻的人使用更多的药物。
- 如果您使用阿片类药物，您可能会觉得困倦，且跌倒的风险更大。跌倒对年长者来说可能会更危险。年长者使用阿片类药物的时候应谨慎。他们可能需要使用某些东西来帮助他们保持平衡，比如手杖。更多信息，请参考本院的资讯《您能做些什么来避免跌倒》（[What You Can Do to Avoid Falling](#)）。
- 年长者的记忆力可能会衰退，从而出现健忘。对于健忘的人而言，使用阿片类药物可能会导致：
 - 意识混乱增加
 - 嗜睡
 - 幻觉（一个人认为真实但实际上不存在的景象、声音、气味、味道或触觉）

如果您有上述任何副作用，请与您的医疗保健提供者交谈。

我能如何扔掉我的未使用的阿片类药物？

重要的是，当您不再需要阿片类药物时，扔掉您未使用的或过期的阿片类药物。

这有助于确保您不会使用超出您所需的阿片类药物，且降低了其他人或许会使用它们的机率。重要的是要知道如何扔掉它们。

要扔掉您的阿片类药物，使用以下选项中的一种：

- 查找您当地的药房、回收协调员或城镇的处方药回收项目。
- 通过使用毒品管制部门（Drug Enforcement Administration Diversion Control Division）的网站bit.ly/2TGic86，或致电800-882-9539，来找到一处管制药物公共处置场所。
 - 您还可以查找您当地的药房、回收协调员或城镇的处方药回收项目。
- 在全国药物回收日（National Drug Take-Back Collection day）那天，上交您的阿片类药物。这项活动一年举办两次。有关该项目的更多信息，请访问毒品管制局（Drug Enforcement Agency, DEA）的网站takebackday.dea.gov。
- 有些阿片类药物还可以倒入马桶冲掉。请访问[bit.ly/2Vig SCB](https://bit.ly/2VigSCB)，来查看您的阿片类药物是否在被批准可以倒入马桶冲掉的名单上。

如想获得更多信息，请参考本院的资讯《扔掉未使用的药物》（[Getting Rid of Unused Medications](#)）。

我可以用其他哪些方法来对治我的癌症疼痛？

与您的医疗保健团队就有关其他不含阿片类药物的对治您的癌症疼痛的方法进行交谈。

这些方法中，有一些可能对您的药效更好且风险更小副作用更少。其他选项可包括：

- 使用其他类型的止痛药，包括非处方药物，比如对乙酰氨基酚（泰诺）（acetaminophen [Tylenol®]）、布洛芬（ibuprofen [Advil®]）或萘普生（naproxen [Aleve®]）或其他非阿片类药物处方药。记住与您的医疗保健团队就有关您正在使用什么药物进行交谈，即使它们是非处方药。
- 进行神经阻塞手术程序（阻止您的神经向脑部发送疼痛讯息的手术程序）。
- 安排与整合医学服务（Integrative Medicine Service）的预约。整合医学疗法把自然

治疗，比如针灸、按摩和瑜伽，与您的整体癌症疼痛对治计划结合在一起。如想获得更多信息，请参考本院的资讯《整合医学疗法与您的癌症治疗》（*Integrative Medicine Therapies and Your Cancer Treatment*）或致电646-888-0800。

- 物理疗法和运动练习。询问您的医疗保健提供者物理疗法和运动练习是否可以帮助您对治您的癌症疼痛。

如果您有任何问题，直接联系您的医疗保健团队的成员。如果您是MSK的患者并且您需要在下午5点后、周末或节假日期间联系医务人员，请致电212-639-2000。

如想获得更多信息，请访问www.mskcc.org/pe以搜寻我们的虚拟图书馆。

阿片类药物：您需要知道什么 - Last updated on May 10, 2019

©2019 Memorial Sloan Kettering Cancer Center