Memorial Sloan Kettering Cancer Center

患者及照护者教育

安全服用阿片类药物：需要了解的内容

本信息介绍了什么是阿片类药物以及如何安全服用。

什么是阿片类药物?

阿片类药物是一种强效止痛药，用于缓解中度至重度疼痛。 也称为麻醉剂。 虽然阿片类药物存在一些风险，但它们可以帮助您管理疼痛。 在服用阿片类药物时，遵循医疗保健提供者的说明和本资源中的提示非常重要。

当其他药物不能缓解您的疼痛或可能影响您的癌症治疗时，医生可能会为您开具阿片类药物处方。 阿片类药物可以帮助您管理疼痛，以便您能够进行日常活动并改善生活质量。

一些常用的处方阿片类药物包括：

- 氢可酮 (Vicodin®)
- 羟考酮 (Percocet, Oxycontin®)
- 他喷他多 (Nucynta®)
- 氢吗啡酮 (Dilaudid®)
- 吗啡 (Duramorph)
- 芬太尼贴剂 (Duragesic)
- 丁丙诺啡 (Butrans®, Belbuca®)
- 可待因（硫酸可待因）
- 曲马多 (Ultram®)
- 美沙酮 (Dolophine®)
- 哌替啶 (Demerol®)

什么是阿片类药物泛滥?

阿片类药物泛滥是指阿片类药物成瘾（使用该类药物的强烈冲动）和阿片类药物相关死亡的增加。 这是由阿片类药物滥用所引起的。 阿片类药物滥用是指您：

- 使用阿片类药物的方式与您的医疗保健提供者处方的方式不同。
- 服用别人的阿片类药物。
- 在不需要时服用阿片类药物。

您可以按照医疗保健提供者的指导说明，借助阿片类药物安全地管理疼痛。

如何安全服用阿片类药物?

您可以按照以下提示安全地服用阿片类药物。

- **遵医嘱服用。** 遵循您的医疗保健提供者的指导说明服用阿片类药物。 请勿服用超过您的医疗保健提供者告知您应服用剂量的阿片类药物。
- **列出您服用药物的完整清单。** 该清单应包括您正在服用的所有阿片类药物、其他药物和膳食补充剂（如草药、维生素或家庭疗法）。 记录其名称、剂量和服用频率。 请在所有就诊预约时随身携带此清单，以便您的医疗团队安全管理您的药物。
- **服用阿片类药物期间请勿驾驶车辆。** 阿片类药物可能会使您昏昏欲睡并降低警觉性，进而导致事故。
- **服用阿片类药物期间避免饮酒和使用娱乐性药物。** 在服用阿片类药物期间摄入酒精和娱乐性药物可能会产生严重的副作用，如呼吸困难。
- **安全储存阿片类药物。** 把阿片类药物放在安全的地方，如上锁的柜子中。 确保其储存位置避免其他人接触，包括访客、儿童、朋友、家人和宠物。

- **如果您不再需要，请将其处理掉。** 当您不再需要时，请将未使用的或过期的阿片类药物处理掉。 这将有助于确保您的服用量不超过所需剂量， 也降低了其他人可能服用的几率。 更多信息，请阅读题为“如何处理未使用的阿片类药物？”章节内容。

- **仅服用医生开处方给您的阿片类药物。** 请勿与他人共用阿片类药物或服用他人的阿片类药物。
- **与您的医疗保健提供者讨论剂量的改变。** 突然停用阿片类药物可能会导致停药副作用。 这并不意味着您对其成瘾。 当您过快停止服药时，这是一种正常反应。 如果您想增加、减少或停用阿片类药物，请咨询您的医疗保健提供者如何安全地进行。

关于纳洛酮 (Narcan®)

如果医生给您开具了阿片类药物，也可能会开具纳洛酮 (Narcan)。 如果您服用的阿片类药物量超过我们为您开具的处方量，在紧急情况下服用此药物可逆转或阻止阿片类药物过量。 如需了解更多信息，请阅读*关于纳洛酮 (Narcan®)* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/about-naloxone-narcan)。 如果您获得了纳洛酮，医疗保健提供者将指导您如何服用。

服用纳洛酮后务必拨打 911。 其效果只能持续 30 至 90 分钟，您可能需要接受更多医疗护理。

如果您不确定是否应该服用纳洛酮，请拨打 911，听从接线员的指导。

如果您呼吸困难或失去意识，必须有人立即拨打 911。

服用阿片类药物的常见副作用有哪些?

服用阿片类药物时，您可能会出现一些副作用。 以下是常见的一些副作用，但您也可能会有其他副作用。 如果您对副作用有任何担忧，请咨询您的医疗保健提供者。 阿片类药物可引起：

- 便秘（排便比平时少）。 有关如何管理便秘的更多信息，请阅读*如何应对便秘* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/constipation)。
- 恶心（感觉想吐）或呕吐。 这种情况通常会在几天内好转。 请阅读*缓解恶心和呕吐* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/nausea-and-vomiting)。

- 妨碍您日常生活的嗜睡。 如果情况在 3-5 天内没有好转，请联系您的医疗保健提供者。

为什么老年人的副作用会更大?

- 老年人通常有 1 种以上的疾病需要药物治疗。 这就增加了其服用不同药物后产生副作用的几率。
- 如果您服用阿片类药物，您可能会感到困倦，而且跌倒的风险会增加。 跌倒对老年人会更加危险。 老年人服用阿片类药物时应格外小心。 他们可能需要使用一些东西来帮助他们保持平衡，如手杖。 如需了解更多信息，请阅读*如何避免跌倒* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/what-you-can-do-avoid-falling)。
- 老年人可能会出现记忆力减退。 对于有记忆减退的人，服用阿片类药物可能导致：
  - 意识模糊加重。
  - 嗜睡。
  - 幻觉（认为真实存在的东西、声音、气味、味觉或触觉，但实际并不存在）。

如果您出现任何以上副作用，请咨询您的医疗保健提供者。

如何知道我是否阿片类药物成瘾?

成瘾感觉就像有一种无法控制的冲动，想要去服用阿片类药物，即使没有疼痛。

如果您认为您可能有成瘾风险，请告知您的医疗保健提供者。 成瘾的一些常见风险因素包括：

- 有药物滥用个人史或家族史。
- 年龄在 45 岁或以下。
- 抑郁（有强烈的悲伤感）。
- 焦虑（有强烈的担忧或恐惧感）。

虽然癌症相关疼痛患者的成瘾很少见，但也可能会发生。

我可以去哪里寻求帮助?

如果您担心成瘾或对服用阿片类药物有任何疑问，请咨询您的医疗团队。 包括您的医生、护士、高级实践提供者 (APP) 和社工。 他们可以帮助您得到所需的治疗。

在 MSK，我们会与每个人讨论阿片类药物滥用的风险。 MSK 或其他治疗中心将为需要治疗阿片类药物滥用的患者提供其所需的支持。 如需了解更多信息，请访问以下网站。

疾病控制和预防中心 (CDC)
www.cdc.gov/opioids
访问 CDC 网站了解更多关于阿片类药物的信息。

物质滥用和精神卫生服务管理局 (SAMHSA)
800-662-HELP (800-662-4357)
www.samhsa.gov/find-help/national-helpline
SAMHSA 的国家服务热线提供免费、保密的转诊和信息电话服务。 该服务热线面向面临精神或物质使用障碍的人士及其家庭。 服务热线每天 24 小时、每周 7 天开放，有英语和西班牙语可供选择。 如需了解更多信息，请致电该服务热线或访问其网站。

如何处理未使用的阿片类药物?

当您不再需要时，将未使用的或过期的阿片类药物处理掉非常重要。 这将有助于确保您不会服用超过您所需剂量的阿片类药物，并防止他人服用。

您可以选择以下方式之一安全处理阿片类药物：

- 通过以下途径了解有关处方药回收活动的信息：
  - 当地药房。
  - 当地负责回收计划的回收协调员。
  - 所在城市或城镇的政府办公室。
  - 美国缉毒局 (DEA) “回收日”网站 (www.dea.gov/takebackday)。
- 通过美国缉毒局分流控制部门网站 (bit.ly/2TGiC86) 或致电 800-882-9539，找到您附近的管制物质的公共处置场所。
- 一些阿片类药物也可以冲入厕所进行处理。 如要查看您的药物是否应该冲入厕所进行

处置，请访问美国食品药品监督管理局 (FDA) 的冲入厕所处置列表 (bit.ly/2VigSCB)。

- 请将未使用或过期的阿片类药物带到 MSK 的回收点：

  东 67 大街 425 号（约克大道和第一大道之间）
  Haupt 大楼，A105 室
  纽约，邮编 NY 10065

如需了解更多信息，请阅读*如何处置未使用的药物* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/get-rid-of-unused-medicine)。

我可以通过哪些其他方式管理癌症相关疼痛？

与您的医疗团队讨论阿片类药物以外管理癌症相关疼痛的其他方法。 其中一些方法可能对您效果更好，且风险和副作用更小。 其他可选方法可能包括：

- 服用其他类型的止痛药。 包括非处方药，如对乙酰氨基酚 (Tylenol®)、布洛芬 (Advil®) 或萘普生 (Aleve®)，或其他非阿片类处方药。 请记住与您的医疗团队讨论您正在使用的药物，即使是非处方药。
- 进行神经阻滞手术。 该手术可以阻止神经向大脑发送疼痛信息。
- 预约综合医学与健康服务进行看诊。 综合医学疗法会将自然疗法，如针灸、按摩和瑜伽，与您的整体癌症相关疼痛的管理计划相结合。 如需了解更多信息，请阅读*综合医学疗法与癌症治疗* (www.mskcc.org/zh-hans/cancer-care/patient-education/integrative-therapies-cancer-treatment)，或致电 646-449-1010。
- 物理疗法和运动。 询问您的医疗保健提供者物理疗法和运动是否可以帮助您管理癌症相关疼痛。

如果您有任何问题或顾虑，请联系您的医疗保健提供者。 医疗团队成员将在周一至周五 上午 9:00 至 下午 5:00 给与回复。 如在非上述时间段，您可以留言或与其他 MSK 服务提供者联系。 随时有值班医生或护士为您提供帮助。 如果您不确定如何联系医疗保健提供者，请致电 212-639-2000。

有关更多资源，请访问 www.mskcc.org/pe，在我们的虚拟图书馆中进行搜索。

Memorial Sloan Kettering Cancer Center 拥有和保留所有权利