



阿片类药物



使用阿片类药物治疗严重或慢性疼痛对患者既有好处也有风险。对于医生和患者来说，认真评估有效性和识别滥用迹象至关重要。

问：什么是阿片类物质？

阿片类物质发现于罂粟植物中，会出现在某些处方药（如吗啡、羟考酮、氢可酮、芬太尼等止痛药）或街头毒品（如海洛因）中。

阿片类物质极易上瘾，其滥用已成为美国众所周知的公共健康危机：每年有数千人死于阿片类物质过量。

问：什么时候开阿片类药物，开多长时间？

脊髓损伤会导致一系列继发性健康状况，包括慢性疼痛。如果严重疼痛持续超过三个月且任何其他非阿片类药物治疗（包括理疗）均不凑效，那么医生可能会开阿片类药物。

如果疼痛程度降低且执行日常任务的能力改善，那么医生可能会开不超过三个月的低剂量阿片类药物。

在能达到治疗效果的情况下，阿片类药物的剂量应总是尽可能低一些。更高的剂量会增加滥用或过量的风险，但尚未表明能长期减轻疼痛。

问：美国疾病控制和预防中心对使用阿片类药物治疗疼痛有什么建议？

《用开阿片类药物止痛的临床实践指南》

(https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/71/rr/rr7103a1.htm?s_cid=rr7103a1_w)，于2022年更新，旨在帮助医生使用以患者为中心的方法管理成人短期和长期疼痛的阿片类药物治疗。（该指南不包括镰状细胞病的疼痛管理、癌症相关疼痛治疗、姑息治疗和临终关怀。）

建议包括：

- 在为亚急性或慢性疼痛开阿片类药物之前，临床医生和医疗保健提供者应尽量使用非阿片类药物（如布洛芬和对乙酰氨基酚）以及非药物治疗（包括麻醉、锻炼、冥想、按摩和针灸）。
- 如果需要阿片类药物，那么临床医生应在能达到治疗效果的情况下尽量降低剂量和用药时间。还应建议患者“仅在需要时”服用，而不是按照固定的时间表（例如，每4小时一片）服用，以防止长期使用阿片类药物。
- 在开始治疗前，医生应该与患者讨论阿片类药物治疗的现实益处和已知风险。如果开始阿片类药物治疗，那么应该有可测定治疗目标的监测计划和阿片类药物治疗无效时的退出策略。
- 如果持续阿片类药物治疗的益处没有超过其风险，那么临床医生应与患者密切合作，逐渐减少至较低剂量或逐渐减少剂量直至停用阿片类药物。除非有即将用药过量的迹象（如意识模糊、镇静或口齿不清），否则不应突然停止阿片类药物治疗或迅速减少剂量。

问：关于阿片类药物的使用，脊髓损伤患者应该知道什么？

脊髓损伤患者出现阿片类药物副作用（包括嗜睡、睡眠呼吸障碍、便秘和意识模糊）的风险增加。

如果建议使用阿片类药物处方，那么请认真遵循医生的嘱咐，监测副作用，并注意滥用的迹象和症状。人们可能也确实会因滥用阿片类药物而过量使用。

问：什么是阿片类药物使用障碍？

阿片类药物滥用会导致“阿片类药物使用障碍”这种慢性疾病。因滥用街头毒品或医疗处方而患上

这种疾病的个人会出现身体依赖性，并对阿片类物质的使用失去控制。

问：阿片类物质使用障碍的症状是什么？

症状包括渴望使用和无法控制使用阿片类物质、困倦、睡眠中断、流感样症状、性欲下降、对活动和爱好失去兴趣、与家人和朋友隔绝、个人卫生下降和新的财务困难。戒断症状可能包括肌肉和骨骼疼痛、腹泻和呕吐以及严重渴望使用阿片类物质。

问：如有阿片类物质使用障碍，我可以在哪里寻求帮助？

药物和行为疗法用于治疗阿片类物质使用障碍。访问药物滥用和精神健康服务管理局(SAMHSA)网站，通过邮政编码或通过州机构(<https://findtreatment.samhsa.gov/locator/stateagencies.html#.Y0WX4HbMI2w>)搜索治疗项目和机构治疗选项(<https://www.findtreatment.gov/>)，或致电其免费求助热线1-800-662-HELP (4357)。

问：治疗慢性疼痛有哪些非阿片类药物选项？

一系列物理和行为疗法以及非阿片类物质用于治疗通常跟脊髓损伤有关的肌肉骨骼、腹部和神经性疼痛。锻炼计划、拉伸、针灸、治疗性按摩和经皮神经电刺激有助于缓解肌肉骨骼疼痛。调整日常任务（如手动轮椅的使用和转移技巧）也有助于减少疼痛。抗癫痫药物可用于治疗神经性疼痛。放松技巧和心理疗法可以跟物理疗法结合使用，以控制长期疼痛。

资料来源：约翰·霍普金斯医疗集团、模型系统知识翻译中心、美国疾病控制和预防中心、美国国立卫生研究院。

需要找人谈谈吗？

我们的信息专员可以回答您的问题。请在美国东部时间周一至周五上午7点到晚上12点拨打
免费电话1-800-539-7309或

在 <https://link.edgepilot.com/s/526e2b5c/mBDIPCWKuEOPJ0bGA39Mhw?u=https://connect.paralysis.org/zh/send-us-your-question> 上在线提问。

此消息中包含的信息是为了向您介绍瘫痪及其影响。此消息中包含的任何内容均不应解释为亦不旨在用于医学诊断或治疗。它不应用于代替您的医生或有资质的其他医疗保健提供者的建议。如果您有与医疗保健相关的任何问题，请立即致电或咨询您的医生或有资质的其他医疗保健提供者。在开始新的治疗、饮食或健身计划之前，请务必咨询您的医生或有资质的其他医疗保健提供者。您绝不能因为在此消息中读到的内容而忽视医疗建议或延迟寻求医疗建议。

本出版物由美国卫生和公众服务部(HHS)社区生活管理局(ACL)支持——该支持是100%由社区生活管理局资助、总额为870万美元的财政援助计划的一部分。这些内容代表作者观点，不一定代表社区生活管理局或美国政府的官方观点或认可。