CHRISTOPHER & DANA REEVE FOUNDATION
TODAY'S CARE. TOMORROW'S CURE.®

Opioid

Việc sử dụng opioid được kê đơn để giảm đau nặng hoặc mãn tính mang lại cả lợi ích và nguy cơ cho bệnh nhân. Điều này rất quan trọng đối với các bác sĩ và bệnh nhân phải rất thận trọng để đánh giá độ hiệu quả và nhận biết các dấu hiệu lạm dụng thuốc một cách cẩn thận.

Câu Hỏi: Opioid là gì?

Opioid là một loại thuốc có trong cây thuốc phiện, có thể được tìm thấy trong các loại thuốc kê đơn (ví dụ, các loại thuốc giảm đau như morfin, oxycodone, hydrocodone, fentanyl) hoặc các loại thuốc đường phố (ví dụ, heroin).

Opioid rất dễ gây nghiện, và việc lạm dụng của chúng đã trở thành một cuộc khủng hoảng sức khỏe công

cộng được biết đến rộng rãi trên khắp Hoa Kỳ: hàng năm có hàng nghìn người chết vì chất gây nghiện này.

Câu Hỏi: Khi nào thì được kê đơn chứa opioid, và trong bao lâu?

Chấn thương cột sống có thể gây ra nhiều tình trạng sức khỏe phụ, bao gồm đau mãn tính. Bác sĩ có thể kê đơn opioid để giảm đau nặng đã kéo dài hơn ba tháng và không phản ứng với bất kỳ liệu pháp không dùng opioid nào, bao gồm cả vật lý trị liệu.

Một liều thấp opioid có thể được kê đơn trong không quá ba tháng nếu kết quả là giảm mức đau *và* cải thiện khả năng thực hiện các hoạt động hàng ngày.

Opioid luôn được kê đơn ở liều tối thiểu có tác dụng. Các liều cao, tăng nguy cơ lạm dụng hoặc quá liều, đã không được chứng minh là giảm đau trong dài hạn.

Câu Hỏi: Đề xuất của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC) về việc điều trị đau bằng opioid là gì?

Hướng Dẫn Thực Hành Lâm Sàng CDC cho Việc Kê Đơn Opioid Điều Trị Đau Nhức https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/71/rr/rr7103a1.htm?s_cid=rr7103a1_w), cập nhật vào năm 2022, được thiết kế để giúp bác sĩ quản lý điều trị opioid cho người lớn bị đau nhức ngắn hạn và dài hạn bằng cách sử dụng phương pháp tập trung vào bệnh nhân. (Các hướng dẫn không bao gồm điều trị đau cho bệnh viện hồi sức, điều trị đau liên quan đến ung thư, chăm sóc dự phòng và chăm sóc cuối đời.)
Các đề xuất bao gồm:

- Trước khi kê đơn opioid cho đau ngắn hạn hoặc đau mãn tính, các bác sĩ và nhà cung cấp chăm sóc sức khỏe nên tối đa hóa việc sử dụng thuốc không opioid (như ibuprofen và acetaminophen) kết hợp với các phương pháp điều trị không dùng thuốc bao gồm vật lý trị liệu, tập thể dục, thiền, xoa bóp và châm cứu.

- Nếu cần dùng opioid, các bác sĩ nên kê đơn liều tối thiểu có hiệu quả trong thời gian ngắn nhất. Bệnh nhân cũng nên được khuyên chỉ sử dụng thuốc "khi cần thiết" thay vì theo lịch trình cố định (ví dụ: mỗi 4 giờ uống một viên) để tránh sử dụng opioid trong thời gian dài.

- Các bác sĩ nên thảo luận với bệnh nhân về lợi ích thực tế và các rủi ro đã biết của điều trị opioid trước khi bắt đầu điều trị. Khi bắt đầu điều trị bằng opioid, cần có kế hoạch để theo dõi các mục tiêu điều trị có thể đo được; phải thiết lập chiến lược thôi dùng trong trường hợp điều trị opioid không hiệu quả.
- Nếu việc tiếp tục sử dụng opioid có lợi ích không vượt qua các rủi ro, các chuyên gia y tế nên hợp tác chặt chẽ với bệnh nhân để dần dần giảm liều hoặc ngừng sử dụng opioid. Trừ khi có dấu hiệu nguy cơ tử vong (ví dụ như rối loạn nhận thức, chóng mặt hoặc nói lắp,) thì không nên đột ngột ngừng sử dụng hoặc giảm liều nhanh chóng.

Câu Hỏi: Người bị chấn thương cột sống nên biết gì về việc sử dụng opioid?

Người bị chấn thương cột sống có nguy cơ tăng gặp phải các tác dụng phụ của opioid, bao gồm buồn ngủ, rối loạn hô hấp khi ngủ, táo bón và rối loạn nhận thức.

Nếu được khuyến nghị sử dụng opioid, hãy tuân thủ cẩn thận theo hướng dẫn của bác sĩ, theo dõi các tác

dụng phụ và nhận thức về các dấu hiệu và triệu chứng của việc sử dụng sai. Mọi người có thể và đã từng rơi vào trình trạng quá liều khi sử dụng không đúng cách các đơn thuốc opioid.

Câu Hỏi: Rối loạn sử dụng opioid là gì?

Việc lạm dụng opioid có thể dẫn đến tình trạng bệnh lý mạn tính gọi là rối loạn sử dụng opioid. Những người mắc phải tình trạng này, do sử dụng nhầm các loại thuốc bán chui hoặc đơn thuốc y tế, bị phụ thuộc về thể chất và mất kiểm soát khi sử dụng opioid.

Câu Hỏi: Các triệu chứng của rối loạn sử dụng opioid là gì?

Các triệu chứng bao gồm thèm và không thể kiểm soát việc sử dụng; buồn ngủ; mất ngủ; triệu chứng giống như cảm cúm; giảm ham muốn tình dục; mất hứng thú trong các hoạt động và sở thích; cô lập khỏi gia đình và bạn bè; giảm vệ sinh cá nhân; và khó khăn về tài chính. Triệu chứng cai nghiện có thể bao gồm đau cơ và xương, tiêu chảy và buồn nôn, và cực thèm dùng thuốc.

Câu Hỏi: Tôi có thể tìm kiếm sự trợ giúp để điều trị rối loạn sử dụng opioid ở đâu?

Để điều trị rối loạn sử dụng opioid, ta sử dụng các liệu pháp thuốc và hành vi. Truy cập trang web của Cơ Quan Dịch Vụ Sức Khỏe Tâm thần và Lạm Dụng Chất (SAMHSA) để tìm kiếm các lựa chọn điều trị tại cơ sở và chương trình (https://www.findtreatment.gov/) bằng mã zip hoặc thông qua các cơ quan tiểu bang (https://findtreatment.samhsa.gov/locator/stateagencies.html#.Y0WX4HbMI2w), hoặc gọi đường dây trợ giúp miễn phí của cơ quan này theo số 1-800-662-HELP (4357.)

Câu Hỏi: Các lựa chọn không dùng opioid để điều trị đau mãn tính là gì?

Có một loạt các liệu pháp thể chất và hành vi, cùng với các loại thuốc không chứa opioid, được dùng để điều trị đau cơ xương, đau bụng và đau thần kinh thường xuyên liên quan đến chấn thương cột sống. Các chương trình tập thể dục, duỗi cơ, châm cứu, xoa bóp vật lý và kích thích thần kinh qua da có thể giúp giảm đau cơ xương. Sửa đổi các hoạt động hàng ngày, chẳng hạn như sử dụng xe lăn và kỹ thuật di chuyển, cũng có thể giúp giảm đau. Cũng có thể dùng thuốc chống co giật để điều trị đau thần kinh. Có thể sử dụng kết hợp kỹ thuật thư giãn và tâm lý trị liệu với liệu pháp thể chất để điều trị đau lâu dài.

Nguồn: Johns Hopkins Medicine, Trung Tâm Chuyển Đổi Kiến Thức Hệ Thống Mô Hình, Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh, Viện Y Tế Quốc Gia.

Bạn cần trao đổi?

Chuyên Gia Thông Tin của chúng tôi luôn sẵn sàng giải đáp các thắc mắc của bạn. Gọi số miễn phí 1-800-539-7309 Thứ Hai đến Thứ Sáu, 7 giờ sáng đến 12 giờ sáng theo Giờ Miền Đông (EST). Hoặc đặt lịch cuộc gọi hoặc đặt câu hỏi trực tuyến tại https://connect.paralysis.org/vi/send-us-your-question

Thông tin trong thông báo này được trình bày với mục đích giáo dục và thông báo cho bạn về bệnh tê liệt và những ảnh hưởng của chứng bệnh này. Không có nội dung nào trong thông báo này nên được hiểu cũng như được sử dụng để chẩn đoán hoặc điều trị y tế. Không được sử dụng thông báo này thay cho lời khuyên của bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có trình độ khác. Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi nào liên quan đến chăm sóc sức khỏe, vui lòng gọi điện hoặc đến khám bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có trình độ khác ngay. Luôn hỏi ý kiến bác sĩ hoặc nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe có trình độ khác trước khi bắt đầu áp dụng một phương pháp điều trị, chế độ ăn uống hoặc chương trình thể dục mới. Bạn đừng bao giờ bỏ qua lời khuyên y tế hoặc trì hoãn việc xin lời khuyên y tế vì những nội dung bạn đã đọc trong thông báo này

Ấn phẩm này được hỗ trợ bởi Cục Quản Lý Sinh Hoạt Cộng Đồng (ACL), Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh (HHS) Hoa Kỳ như một phần của giải thưởng hỗ trợ tài chính tổng trị giá $8.700.000 với 100 phần trăm tài trợ bởi ACL/HHS. Nội dung là ý kiến của (các) tác giả và không nhất thiết đại diện cho quan điểm chính thức của ACL/HHS hoặc Chính Phủ Hoa Kỳ.