

疼痛的误区

1

疼痛就一会儿，忍忍就过去了。面对疼痛，忍耐是最不明智的选择。很多时候仅仅是一次疼痛就可能导致小病变大病，生活质量大打折扣，尤其是急腹症剧烈疼痛、外伤性疼痛等，根本不存在‘忍’的问题，疼痛可能是一个危险信号，提醒你快速就诊、治疗。

2

疼痛本身不是病，不用治疗。急性疼痛经常是某些疾病的症状，而慢性疼痛多数是一种疾病状态。急性疼痛在治疗病因的基础上，以对症治疗为主，而慢性疼痛本身就是一种疾病，除了需要对症，还需要对疼痛病因和发病机制综合治疗。

3

哪疼就治哪，不辨清根本。疼痛只是疾病的表象，究其根本，疼痛可能来自不同的病因。需要根据疼痛的部位、性质等来进行鉴别诊断，必须对症下药。分清楚疼痛感觉是来自骨骼肌肉疼还是神经病理性疼痛。

4

一有疼痛，就随便吃止疼药。不少人在发生疼痛时，随便买点止疼药，殊不知这已经为身体埋下了安全隐患。药物都有明确的适用范围和禁忌症，服药需要在医生的指导下进行。

5

疼痛的时候用药，不疼的时候不用药。镇痛药物及时使用、按时使用才能安全有效，切勿只有在疼痛剧烈时才使用镇痛药。按时用药，能有助于体内维持有效的血药浓度，有效控制疼痛。



联系我们

武汉科技大学附属天佑医院肿瘤科
护士站：51228516
医生办：51228518

武汉科技大学 附属天佑医院

—疼痛健康教育手册—



关爱生命 关注健康

疼痛一定要治疗吗？

中度疼痛影响生活质量，影响患者的食欲和休息，消耗患者的体力，最终会影响疾病的治疗。癌痛是一种不良的刺激，会削弱免疫力，而且不及时控制，还可能演变成难治性疼痛。



癌痛能够得到控制吗？

答案是肯定的，止疼药是首选，可解决90%的疼痛，并且可以做到无创，安全。少部分难治性疼痛，可以采取理疗，按摩，神经阻滞等方法解决。抗肿瘤治疗（如放/化疗），对控制疼痛也有疗效，同时自身也要做到心理调整和放松心情。

发生癌痛该怎么应对？

- 1.告知医生。
- 2.配合医生和护士完成疼痛评估。
- 3.在医生的指导下规范用药。
- 4.树立战胜疼痛的信心，转移注意力，如乐器，打牌，看电视等娱乐节目。



该怎么描述疼痛？

1

详细描述疼痛发生的部位和性质：例如发生骨转移的患者，背部，腿部都可能发生转移性的疼痛。



2

疼痛发生的规律：是持续性还是间断性。

3

疼痛在何种情况下，何种体位下会有所缓解：例如肝癌患者腹背部疼痛，有时容易与胆道结石引起的疼痛混淆，但胆道结石一般在弯曲身体时疼痛减轻。胃癌患者上腹部疼痛，通过按压也会有所缓解。

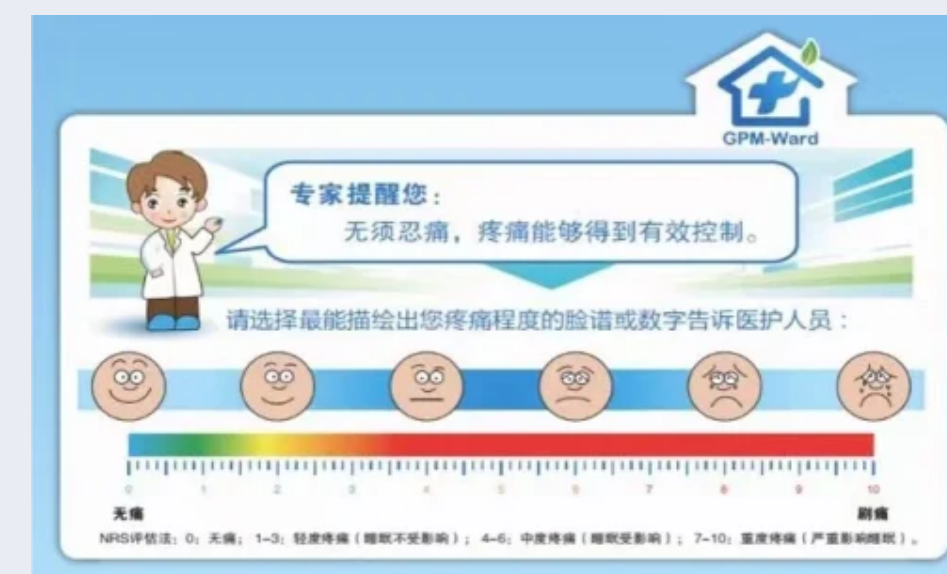
4

有无伴随因素：如果是胆道结石，除了腹部疼痛，还会有血尿，恶性，呕吐等症状。

癌痛常用评估工具

数字评分法：

0分	无痛
1-3分	轻度疼痛
4-6分	中度疼痛
7-10分	重度疼痛



三阶梯止疼原则

按时给药，按阶梯给药，口服给药，个体化给药，注意细节

三阶梯镇痛方案及原则



基本原则：

- 1、口服给药；2、按阶梯给药；3、按时给药；4、个体化；5、注意具体细节