

急症部門 Emergency Department

疼痛控制 Pain Control

簡介 General Information

疼痛是由於身體受傷或患病而向大腦傳遞的一種不舒服的感覺。大多數疼痛可以通過在家服用非處方鎮痛藥來緩解。這些藥可以在藥店買到而不需要醫生開處方。如果你預料到這些非處方藥不會減輕疼痛，或者在去急症部以前你就已經試過這些藥了，醫生會給你開藥力更強的藥或者給你一些小劑量的強效藥，讓你帶回家。

疼痛控制的目的是為了減輕疼痛，不影響你的基本日常生活。雖然短時間的休息可以減輕疼痛，但是過度休息實際上會增加疼痛，而且當你想要再次運動時，還會增加受傷的風險。

如何處理 Instructions

第一步：想想疼痛到達了何種程度（輕微疼痛、中度疼痛、劇烈疼痛）。

第二步：選出符合你疼痛程度的方框。

第三步：遵守方框中的醫囑，直到你的疼痛發生變化。

第四步：如果你的疼痛發生變化，請選擇相應的另一方框，並遵守其中的醫囑。

輕微疼痛 NOT TOO BAD PAIN

服用兩種藥物。請嚴格遵守以下醫囑。

- 在未來24小時裏，每6小時（清醒時）服用布洛芬（也稱Advil 或 Motrin）_____毫克，即使疼痛減輕也要繼續服用。此後僅在需要時，每隔6小時服用。可在藥房和雜貨店購買此藥，無需醫生處方。吃藥時，用500毫升水送服。長期服用此藥對胃不好。
- 在未來24小時裏，每6小時（清醒時）服用對乙酰氨基酚（也稱Tylenol）_____毫克，即使疼痛減輕也要繼續服用。此後僅在需要時每隔6小時服用。可在藥房和雜貨店購買此藥，無需醫生處方。如果你正在服用Tylenol #3，請不要服用此藥。

中度疼痛 MEDIUM PAIN

服用兩種藥物。請嚴格遵守以下醫囑。

- 在未來24小時裏，每6小時（清醒時）服用布洛芬（也稱Advil 或 Motrin）_____毫克，即使疼痛減輕也要繼續服用。此後僅在需要時，每隔6小時服用。可在藥房和雜貨店購買此藥，無需醫生處方。吃藥時，用500毫升水送服。長期服用此藥對胃不好。
- 在未來24小時裏，每隔_____小時（清醒時），服用（ 處方 / 醫院提供的）Tylenol #3（含有可待因Codeine）_____片，即使疼痛有所緩解，也應繼續服用。此後僅在需要時每隔4-6小時服用。服藥後可能會感到困倦：不可駕駛/不可參加任何要求集中注意力和頭腦清醒的活動。服藥還可能會導致便秘（參見關於預防便秘的醫囑）。

劇烈疼痛 VERY BAD PAIN

服用布洛芬和羥考酮(Oxycodone)或氫嗎啡酮(Hydromorphone) (按指示)。請嚴格遵守以下醫囑。

- 在未來24小時裏，每6小時（清醒時）服用布洛芬（也稱Advil 或 Motrin）_____毫克，即使疼痛減輕也要繼續服用。此後僅在需要時，每隔6小時服用。可在藥房和雜貨店購買此藥，無需醫生處方。吃藥時，用500毫升水送服。長期服用此藥對胃不好。
- 需要時每隔_____小時服用 (處方 / 醫院提供的) 羥考酮 (Oxycodone)_____毫克。服藥後可能會感到困倦：不可駕駛/不可參加任何要求集中注意力和頭腦清醒的活動。 服藥還可能會導致便秘（參見關於預防便秘的醫囑）。
- 需要時每隔_____小時服用 (處方 / 醫院提供的) 氫嗎啡酮(Hydromorphone)_____毫克。服藥後可能會感到困倦：不可駕駛/不可參加任何要求集中注意力和頭腦清醒的活動。 服藥還可能會導致便秘（參見關於預防便秘的醫囑）。

如果出現以下情況，請聯絡你的家庭醫生：

Contact your Family Doctor for the following:

- 疼痛變得更加劇烈。
- 你需要更多的處方鎮痛藥。
- 在按照預防便秘的醫囑做了以後，依然便秘。

如需更多資料或有任何疑問，請電811，與HealthLinkBC聯絡。

For more copies, go online at <http://vch.eduhealth.ca> or email phem@vch.ca and quote Catalogue No. **FM.820.P35.CN**
© Vancouver Coastal Health, January 2016

本院醫護人員派發這份資料，祇給指定人士使用。
The information in this document is intended solely for the person to whom it was given by the health care team.
www.vch.ca