

止疼药, 你会选吗

文 / 首都医科大学附属北京朝阳医院 李路玲

疼痛, 与血压、呼吸、脉搏、体温并称为五大生命体征, 在健康领域占有重要的地位。疼和痛, 虽然都可以用来表达身体上的不适, 但是也存在区别: 疼, 多指躯体受到伤害后产生的不适; 而痛更侧重感觉, 指在令人不快的感觉的基础上合并心理上的痛苦感受。不过, 现在疼和痛常被连在一起使用, 统称“疼痛”。

疼痛是患者就医时最常见的主诉之一, 因此, 正确地认识疼痛、合理地应对疼痛很重要, 有利于与医患携手对抗病魔。那么, 我们应该如何认识疼痛呢? 又应该如何应对疼痛呢? 是忍痛前行, 还是及时止痛? 今天, 就让我们一起来了解疼痛和止疼药的相关知识。

一、如何认识疼痛

疼痛多提示身体存在实质或潜在的组织损伤, 除了会引起痛苦的感觉, 还常伴有情绪上的紧张不适。疼痛 (尤其是剧烈疼痛) 还可

能对机体的各个系统造成不良影响, 甚至引起休克, 危害人的生命健康。例如, 疼痛刺激会导致患者的血压升高、心动过速, 甚至引起心律失常、心肌缺血, 严重的可能发生心肌梗死; 疼痛还会造成呼吸系统功能障碍, 引起应激反应和免疫系统的损伤等。

所以, 患者一旦出现疼痛症状, 不要忍着, 不要犹豫, 及时就医。在医生的指导下合理使用止疼药, 不仅可以提高自己的生活质量, 还可以改善机体免疫和内分泌系统的功能, 避免严重并发症的发生。

二、如何使用止疼药

“止疼药”学名镇痛药, 广义上的镇痛药包括麻醉性镇痛药和非麻醉性镇痛药。

——麻醉性镇痛药通过激动中枢神经系统特定部位的阿片受体而产生镇痛作用, 并同时缓解疼痛引起的不愉快情绪。代表药物是吗啡。

——非麻醉性镇痛药即解热镇痛抗炎药, 可以退热、止痛, 而且大多数还同时具有抗炎、抗风湿的作用。代表药物是阿司匹林。

1. 麻醉性镇痛药

麻醉性镇痛药又称阿片类镇痛药, 包括强阿片类镇痛药与弱阿片类镇痛药; 不合理使用容易产生依赖性 or 成瘾性。

(1) 强阿片类镇痛药

以吗啡为代表的强阿片类药物具有强大的镇痛作用, 临床上主要用于缓解或消除严重创伤后剧痛、晚期癌症疼痛、心肌梗死引起的剧痛等。不良反应主要包括眩晕、恶心、便秘、呼吸困难、直立性低血压等。

(2) 弱阿片类镇痛药

曲马多是临床上较常使用的弱阿片类药物, 适用于中至重度的急慢性疼痛, 其镇痛效果更多依靠非阿片作用——通过抑制神经元突触对去甲肾上腺素的再摄取和增加5-羟色胺释放而发挥药理效应。

2.非麻醉性镇痛药

细心的朋友可能发现了,关于麻醉性镇痛药的内容我们介绍的并不多,主要因为这些药物不当使用容易导致上瘾,大多只能在医疗机构内使用。下面,我们就详细说说平时常见的非麻醉性镇痛药。

非麻醉性镇痛药即解热镇痛抗炎药,又被称作非甾体类抗炎药(NSAIDs),因为这类药物的化学结构与糖皮质激素的甾体结构显著不同。顾名思义,这类药物具有解热、镇痛和抗炎的作用,主要用于各种急慢性关节炎(目前是治疗类风湿性关节炎的一线药物),以及各种疾病所致的疼痛、运动性损伤及退热等。

(1) 药理与毒理

NSAIDs通过抑制体内环氧化酶(COX)的活性而发挥作用。COX是体内合成前列腺素继而诱发炎症反应的关键酶,目前发现它有3种亚型:COX-1、COX-2和COX-3。

——COX-1具有明确的生理功能,可以保护胃黏膜、抗血小板、调节肾血流量分布等。

——COX-2作用于炎症部位,负责合成与炎症有关的前列腺素。

——目前关于COX-3的研究还比较少,但是根据前面两种COX,其可能也在疼痛中扮演着重要的角色。

由上不难看出,NSAIDs对COX-2的抑制正是其发挥药效的基础,而对COX-1的抑制也构成了此类药物不良反应(胃黏膜刺激、肾毒性)的毒理学基础。目前,NSAIDs的研究方向即是寻找抑制COX-2而不抑制或者少抑制COX-1的药物。



(2) 退热和止疼

①非选择性COX抑制剂包括阿司匹林、对乙酰氨基酚(如泰诺林)、吲哚美辛、双氯芬酸钠(如扶他林)、布洛芬(如芬必得)和美洛昔康等。其中,对乙酰氨基酚的抗炎作用较弱,主要作为退热药物使用。这类药物常见胃肠道不良反应,因此胃肠道出血、胃溃疡等患者禁用。

②选择性(特异性)COX-2抑制剂包括塞来昔布、依托考昔、尼美舒利等。其中,尼美舒利禁用于12岁以下儿童。需要指出的是,上述药物可能不似大家想象中的那般“美好”——已有多项研究表明,选择性COX-2抑制剂在减少胃肠道不良反应的同时,可能会引起其他更严重的不良反应,如对心血管系统的损害。因此,选择性COX-2抑制剂的效果与安全性仍有待进一步研究。

另外,NSAIDs用于镇痛时存在“天花板(封顶)效应”,即当

NSAIDs的使用剂量达到一定程度时,无论再增加多少剂量,镇痛效果都不会增加;同时,随着剂量的增加,不良反应也会大大增加。而且,不同种类NSAIDs联用会增加不良反应发生的风险,如消化道出血、严重心血管血栓性不良事件、心肌梗死和脑卒中等。因此,不推荐大剂量长期服用或联用NSAIDs。

三、小结

(1)疼痛是五大生命体征之一,重要性不言而喻,一旦出现万勿轻视。它不会没来由地存在,其实是在提示我们身体某处存在损伤,需要积极查找病因。

(2)止疼药种类较多,即便是常见的NSAIDs也有很多类型,分别具有不同的特点,存在不同的不良反应和注意事项。因此,服药前应听取医生的建议,根据检查结果、疼痛程度、身体状况个体化用药,不可擅自服用药物。**药物与人**