

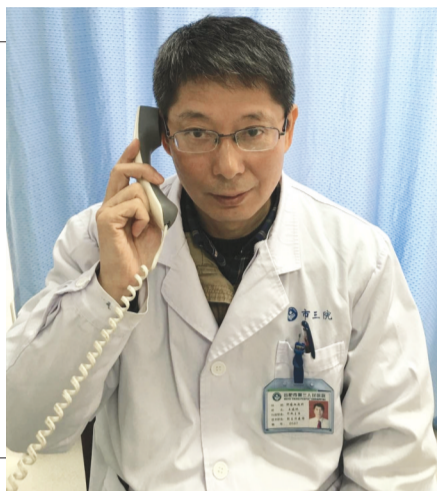
癌症患者不必“谈麻色变”

阿片类药物发生精神依赖的危险低于3/10000

疼痛是癌症患者最常见的症状之一,严重影响癌症患者的生活质量。晚期癌症患者的疼痛发生率约为60-80%,其中1/3患者为重度疼痛。作为目前已发现的镇痛作用最强、止痛疗效最确切的药物,阿片类药物是治疗癌痛的首选。由于治疗观念和用药习惯存在误区,鸦片成瘾观念在公众心中异常深刻,甚至“谈麻色变”,不少患者及家属,甚至部分临床医师对麻醉药品心存恐惧,从而导致约70%的疼痛患者未接受规范化的镇痛治疗。11月10日上午,市场星报健康热线0551-62623752邀请了合肥市第三人民医院肿瘤科主任王建冰与读者交流。

■ 傅喆 记者 马冰璐 文/图

王建冰 副主任医师,安徽省抗癌协会癌症康复与姑息治疗专业委员会常务委员、合肥市抗癌协会常务理事、合肥市医学会内科学分会副主任委员、合肥市医学会血液病学分会常务委员、安徽省肿瘤内科学分会委员。从事肿瘤临床工作三十余年,具有丰富的临床的经验。擅长对各种肿瘤的规范化、个体化综合治疗,在运用中药防治化疗所致的不良反应方面具有一定的水平,擅长晚期肿瘤的姑息调养治疗。



使用阿片类药物更安全、有效

读者:我听说非阿片类比阿片类药物更安全,是这样吗?

王建冰:事实上,对于需要长期接受镇痛药物治疗的病人,使用阿片类药物更安全、有效,值得注意的是正确滴定用药剂量,及时关注药物可能产生的不良反应。其长期应用不会对肝脏及肾脏等重要器官产生毒性作用,而非甾体类药物长期使用可引起胃肠道和肾脏毒性,并会明显抑制血小板功能,大剂量对乙酰氨基酚的使用也可引起肝脏毒性。

及时、按时用镇痛药更安全有效

读者:我爱人得了癌症,他说,镇痛药用多了不好,所以一般只在疼痛剧烈时才用镇痛药,这样对吗?

王建冰:事实上,镇痛治疗的目的是缓解疼痛、改善功能、提高生活质量。无痛睡眠是镇痛治疗的最低要求,理想的镇痛治疗除达到此目标外,还应争取让患者达到无痛休息和无痛活动的目标,以实现真正意义上的提高患者生活质量的目的。

另外,长期疼痛还会引起病人的一系列生理变化,影响患者的情绪和心理健康,甚至出现因疼痛导致的与神经病理性疼痛相关的交感神经功能紊乱,表现为痛觉过敏和异常疼痛等难治性疼痛。对于疼痛患者来说,及时、按时用镇痛药才更安全有效,这时他们所需的镇痛药强度和剂量也是最低的。

不良反应大多是暂时性或可耐受的

读者:我爸爸在使用阿片类药物时出现了呕吐、镇静等不良反应,是不是应该立即停药?

王建冰:事实上,除了便秘,阿片类药物的

不良反应大多是暂时性或可耐受的。呕吐、镇静等不良反应一般仅出现在用药的最初几天,数日后症状多自行消失。对阿片类药物的不良反应进行积极预防性治疗,可以减轻或避免不良反应的发生。

危险低于3/10000

读者:我听说,长期用阿片类镇痛药会成瘾,这种说法科学吗?

王建冰:事实上,长期规范地使用阿片类镇痛药治疗癌痛,尤其是口服按时给药,发生成瘾(精神依赖性)的危险性极微。近四十年的国内外临床研究表明,阿片类药物发生精神依赖的危险低于3/10000。

可以随时安全停用阿片类镇痛药

读者:我妈妈虽然癌痛剧烈,但她一直不愿意使用阿片类药物,她觉得,一旦用了药,便终身需要用药,是这样吗?

王建冰:事实上,只要疼痛得到满意控制,可以随时安全停用阿片类镇痛药或换用非阿片类药物。突然停药可能会出现戒断综合征,故建议对长期大剂量用药的患者逐渐减量停药。

阿片类镇痛药无封顶效应

读者:我听病友说,阿片类药物服用剂量是有限制的,医生,他说的对吗?

王建冰:事实上阿片类的用药剂量在不同患者之间存在很大差异,而且阿片类镇痛药无封顶效应,剂量的确定应视患者个体化而定。即只要病人疼,就提示体内的镇痛药物不足,需要及时增加药物剂量,但增加剂量前必须咨询专业的疼痛科或者肿瘤科医生。

下期预告

为何补牙之前不疼反而补过之后疼痛?为什么根管治疗以后牙还会疼痛?为什么根管治疗后需要全冠修复?孕妇能不能做口腔治疗?如何预防龋齿?如何正确有效刷牙?下周五(11月17日)上午9:30~10:30,本报健康热线0551-62623752,将邀请合肥市口腔医院牙体牙髓二科副主任医师汪磊与读者交流。

汪磊,副主任医师,安徽医科大学口腔医学院口腔医学硕士,2003年从事口腔内科工作至今。曾赴南京医科大学附属口腔医院进修。发表口腔内科北大核心期刊一篇,专业核心期刊数篇。对牙体牙髓疾病的各类现代诊断及治疗经验丰富,擅长前牙美容修复、钙化根管的疏通、显微根管治疗、嵌体修复等。

■ 徐莉 记者 马冰璐

医疗新闻

秋冬干燥流鼻血 吃生藕可预防

星报讯(陈旭 记者 马冰璐) 进入秋冬季节,很多人容易流鼻血。这是因为我们鼻腔内的毛细血管丰富而脆嫩,干燥的气候会首先危及鼻咽部,令鼻黏膜干燥、毛细血管破裂,从而导致流鼻血的现象发生。如果你经常有这样的烦恼,不妨多吃点凉拌莲藕来预防。

凉拌莲藕不仅美味可口,而且具有良好的药效。每天早晚各吃10片,吃上三四天,有益于防止流鼻血的毛病。如果嫌麻烦也可以用莲藕榨汁喝。

秋冬季流鼻血很多人会认为是天气原因所致,可对于一些中老年人,尤其有高血压病史的人群,出现流鼻血就要警惕。高血压、动脉硬化患者鼻腔血管脆性增加,尤其是鼻腔后部血管弯曲度较大,在血压波动时,经常接受血液冲击,鼻腔血管就易发生破裂出血。若是血压高导致的流鼻血,治疗不及时可能出现中风等意外。

孩子腰背部弯曲需警惕 专家提醒:或是脊柱侧弯

星报讯(陈思 记者 马冰璐) 近日,1岁5个月的安庆男婴康康(化名)因“无明显诱因发现腰背部弯曲畸形1年余”来到安徽省儿童医院就医。康康的母亲告诉医生,一年前就发现康康有腰背部弯曲、胸腰向右凸出的现象,但家人未当回事,更没有进行特殊检查和治疗,直到如今畸形愈加严重,才引起重视。门诊脊柱X线检查发现康康的“胸椎向右侧弯曲”,诊断为“婴幼儿脊柱侧凸”。

据安徽省儿童医院著名小儿骨科专家、江淮名医,博士生导师孙军教授介绍,脊柱侧凸俗称脊柱侧弯,可主要分为先天性脊柱侧弯和特发性脊柱侧弯。

孙军教授认为,早期发现、早期治疗是克服脊柱侧凸对儿童危害的关键。因轻度的脊柱侧凸通常没有明显的不适,外观上也看不到明显的躯体畸形。但较重的脊柱侧凸则会影响到婴幼儿及青少年的生长发育,使身体变形,引发脊椎病、颈项肌痉挛等疾病,严重者或影响心肺功能,甚至累及脊髓,造成瘫痪。且早期发现的患儿,可以通过许多非手术疗法控制其发展,即使需进行早期手术,也可基本上完全或大部分纠正躯体畸形。

电脑一族易患筋膜炎 不妨试试“大雁式”

星报讯(陈旭 记者 马冰璐) 上班族每天一到办公室,就是趴在办公桌上伏案工作,要么看电脑,要么看资料,这已成为很多人的常态。有时太投入,一连两个多小时都不动一下。等到起身活动时,才发现腰也酸背也痛,浑身不自在。其实,这就是筋膜炎在捣鬼。医生提醒,腰背肌筋膜炎通常不需要手术,选择适当的锻炼方法就能达到缓解并治愈的目的。

筋膜炎又称纤维织炎,是一个综合的概念,可发生于全身各个部位。它是指肌肉和筋膜的无菌性炎症反应,当机体受到风寒侵袭、疲劳、外伤或睡眠位置不当等外界不良因素刺激时,会诱发肌肉筋膜炎的急性发作。

腰背肌筋膜炎通常不需要手术,选择适当的锻炼方法就能达到缓解并治愈的目的。按摩是一种十分有效的方法。锻炼之余,在医生指导下,选用适当的物理治疗也可以增强治疗效果。目前存在较多的理疗方式,如针灸推拿、药物的熏蒸和理疗。一周三次,持续12-15次为一个疗程。

此外,治疗腰背肌筋膜炎关键在于锻炼腰背部肌肉,而锻炼腰背部肌肉最推荐的方法就是“大雁式”。采取俯卧位、去枕,然后用力挺胸抬头,双手双脚向空中伸展,犹如大雁在飞。锻炼时,单独一次抬起动作持续5秒钟,然后放松肌肉,休息3-5秒,此为一个周期。每天早晚各锻炼一次,每次做30个周期,长久坚持,就能起到不错的缓解作用。