

緩和ケアニュース

第37号

特集：がんによる痛みと痛み止めの話

～医療用麻薬は、恐くない～



冬支度をする羅臼岳（知床半島） Photo T.I

公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構

倉敷中央病院 緩和ケアチーム

2016年10月発行

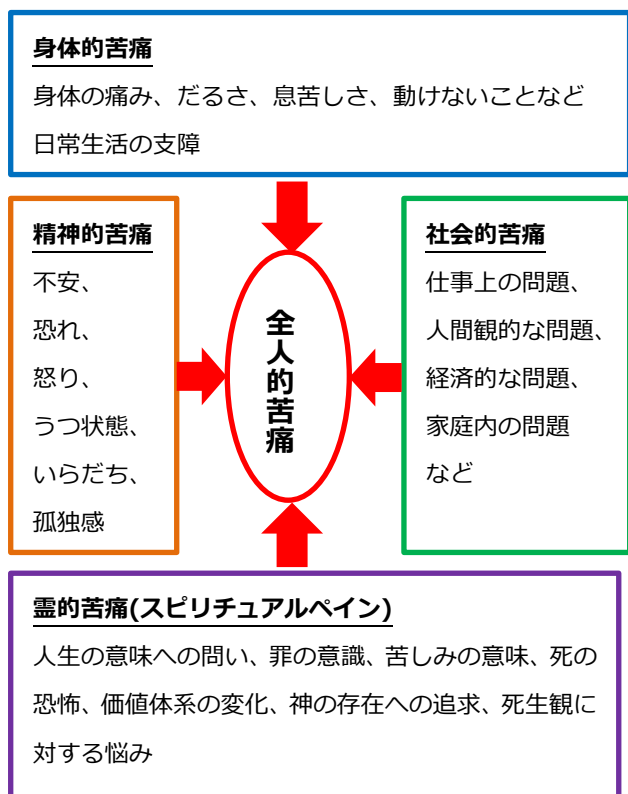
ようこそ、緩和ケアニュースへ

緩和ケアニュースを手にとっていただき、ありがとうございます。今回は、緩和ケアチームメンバーの薬剤師から「がんによる痛みと痛み止め」について、お話をいたします。このお話で、がんの痛みに対する理解が深まり、痛みから解放され、穏やかな生活を過ごされることを望んでいます。

がんによる痛みとは…

がんの痛みは「身体的苦痛」、「精神的苦痛」、「社会的苦痛」、「霊的苦痛(スピリチュアルペイン)」の4つが考えられています。これらの痛みは、総合して、「全人的苦痛(トータルペイン)」(《図1》参照)と言われます。このように、がんによる痛みには、様々な種類の痛みがありますが、今回は、「身体的苦痛」の「身体の痛み」に焦点をあててお話しします。

《図1》



いろいろな「身体の痛み」

皆さんは、今までに様々な痛みを経験されているのではないのでしょうか? 「鋭い痛み」「鈍い痛み」「うずくような痛み」「ビーンとくるような痛み」…など。

「身体の痛み」は、《図2》のように大きく分けて2種類に分けられます。けがをしたときや手術をした後の傷の痛みなど、身体の組織が損傷して生じる痛み(難しい言葉でいうと「侵害受容性疼痛」と、手足や頭などの神経が損傷されて起こる痛み(難しい言葉でいうと「神経障害性疼痛」)です。「侵害受容性疼痛」は、更に「体性痛」と「内臓痛」に分類されます。

《図2》

痛みの分類		痛みの性質
侵害受容性疼痛	体性痛	皮膚、骨、関節、筋肉などの組織を切ったり、刺したりするときに生じる痛み
	内臓痛	胃や腸などの炎症や閉塞、肝臓や腎臓などの炎症やがんによる圧迫などにより生じる痛み
神経障害性疼痛		手足などにある末梢神経や頭などにある中枢神経が損傷されて起こる痛み

がんによる痛みは、このような身体の痛みが重なって生じていることがよくあります。次にこれらの痛みに対して使用する薬についてお話しします。

痛み止めについて

がんの痛みを使用する薬は、大まかに分けて、一般的な痛み止めと医療用麻薬に分かれます。一般的な痛み止めは、がん以外の痛みにも、よく使



用されています。「ロキソプロフェン錠」「セレコックス錠」「カロナール錠」などがあります。「ロキソプロフェン錠」「セレコックス錠」などの薬は、「非ステロイド抗炎症薬（NSAIDs）」というグループの薬で、痛みに関係しているプロスタグランディンという物質が体内で産生されるのを抑えることで、痛みや炎症などの症状を緩和します。気をつける副作用として、胃潰瘍などが挙げられますが、胃粘膜の保護や胃液を抑えたりする薬を併用することで、ほとんどの場合は、予防することが出来ます。次に、医療用麻薬についてお話しします。

医療用麻薬について

医療用麻薬は、快楽を得るために乱用されがちな麻薬とは異なり、有効性・安全性が確認され、国が承認した薬です。医療用麻薬は、痛みのある患者さんに適切に使用すれば安全で効果的であることが分かっています。医療用麻薬は、痛みを伝える神経や痛みを感じる脳の部位に作用して、強力に痛みを和らげます。

医療用麻薬の種類

医療用麻薬は、大きく分けて 2 種類に分かれます。定期的に使用する薬と痛みがある時に使用する薬です。定期的に使用する薬には、飲み薬だけでなく、貼り薬もあります。また、痛みがある時に使用する薬も、飲み薬の他に舌下錠や坐薬などもあります。（《図 3》参照。）

このように医療用麻薬には、様々な種類があります。使用してみて、効果が不十分であったり、副作用が発現して、継続できなくなったりしたら、お薬の種類を変更することも出来ます。

《図 3》

定期的に使用	オキシコンチン錠 パシーフ錠 MS コンチン錠 フェントステープ など
痛みがある時に使用	オキノーム散 オブソ内服液 アブストラル舌下錠 アンペック坐薬 など

医療用麻薬の副作用とは？

医療用麻薬には便秘や吐き気などの副作用が出現します。

・吐き気や嘔吐

飲み始めや、薬の量を増やした際に吐き気や嘔吐がみられることがあります。その多くは吐き気止めで抑えることができます。吐き気がなくなれば、吐き気止めは減らしたり中止したりすることが出来ます。

・便秘

医療用麻薬を使用する患者さんのほとんどにみられます。飲み始めた時から下剤を定期的に使うことで便秘が軽減されます。

日常生活での工夫としては、しっかりと水分をとる、バランスのとれた食事をとる、お腹をマッサージする、お腹を温める、無理のない程度で身体を動かす、といった対策もあります。

・眠気

飲み始めや、薬の量を増やした際にみられますが、1 週間程度で軽減されます。眠気が長びく場合には薬の量が多い場合もありますので、医師や看護師にご相談ください。



医療用麻薬についての Q&A

今回紹介した内容以外にも下記のような疑問をお持ちの方もいらっしゃると思います。そのような疑問にお答えするために、当院では下記のような冊子を常備しております。是非、お持ち帰りいただき、痛みのない生活をお過ごしいただければと思います。

- 使い続けると効かなくなることがありますか？
- モルヒネは怖い薬ではないのですか？
- モルヒネは最期の薬ではないのですか？
- 中毒になることがありますか？ など

～ご紹介①～

今回の緩和ケア
ニュースの内容を
含んだ、患者さん
向けの医療用麻
薬に関する冊子
「**痛みのない生活
を送っていただく
ために**」を作成し、
化学療法センター内の
「**アイビースマイル**」
に置いてあります。



～ご紹介②～

日々の疼痛の様子、服薬の状況、お体の状態などを記入していただく「**痛みの日記帳**」をお配りしております。自己管理帳として、患者さんと医療者間で情報を共有するツールとしてご使用ください。ご希望の方は **1-17 薬窓口**にてお声掛けください。

～痛みの日記帳～

年		月		日		月		日		月		日		月		日		月		日	
最大の痛み 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 最小の痛み 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10																					
痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況 痛みの状況																					
定期服薬の状況 時間 痛みの変化 時間 痛みの変化 時間 痛みの変化 時間 痛みの変化 時間 痛みの変化 時間 痛みの変化 時間 痛みの変化																					
吐き気 なし あり なし あり なし あり なし あり なし あり なし あり なし あり																					
日中の眠気 なし 少し 多い なし 少し 多い なし 少し 多い なし 少し 多い なし 少し 多い																					
排便 下痢 軟便 普通 便秘 下痢 軟便 普通 便秘 下痢 軟便 普通 便秘 下痢 軟便 普通																					
痛みが強い時に、お薬を飲んでいただく はい いい いい いい いい いい いい いい いい いい いい いい いい いい																					
1週間の痛みの変化 現在の痛みの治療に満足 やや満足 やや不満足 不満足																					

あとがき

「痛みは我慢するもの」、「モルヒネは最期の薬」、といったイメージをお持ちの人にしばしば遭遇いたします。緩和ケアチームでは、分かりやすい説明と正しい理解によって十分な疼痛ケアが行われるよう、これからも啓蒙活動に努めたいと思います。

発行元：公益財団法人 大原記念倉敷中央医療機構 倉敷中央病院 緩和ケアチーム

編集委員長：佐野 薫（医師）

編集委員：黒住 彩佳（事務） 里見 史義（作業療法士） 平田 佳子（看護師） 50 音順