

痛み止めを上手に使って、痛みを和らげよう

痛みはがん患者に見られる症状の1つです。

痛みをがまんすると・・・

- ・ 動悸・血圧の上昇
- ・ 痛みのせいでしたいことができなくなる
- ・ 眠れなくなる
- ・ 不安が強くなる
- ・ 食欲がなくなる



痛みをがまんせず、具体的に伝えましょう

- ・ **どれくらい**痛いのか(10段階の何番目)
- ・ **どの場所**が痛いのか
- ・ **どんな風**に痛むのか
(ズキズキ、ピリピリなど)
- ・ **どんな時**に痛むのか
(何時ごろ、〇〇したら、など)



当院緩和ケアチームが「**痛みの日記帳**」を作成しました。痛みの程度や薬の使用状況を医療スタッフに伝える時に活用してください。



がんによる痛みは**痛み止め**を使って上手に和らげていきます。

痛みの程度や種類によって、複数の薬を使用していきます。

分類	薬の名前の一例
オピオイド (医療用麻薬)	オキシコドン徐放錠 オキノーム散 など
非ステロイド性抗炎症薬	ロキソプロフェン錠 セレコキシブ錠 など
アセトアミノフェン	カロナール錠 など
鎮痛補助薬	デュロキセチンカプセル など

痛み止めや医療用麻薬を使うと

- ・ 中毒になるのでは？
- ・ 寿命が短くなる
- ・ もう末期だから使う

**すべて
誤解です！**

正しい用法・用量を守って使えば、
痛みが緩和され、自分らしい生活を送ることにつながります。

薬に関するご相談は薬剤師まで
お問い合わせください。

