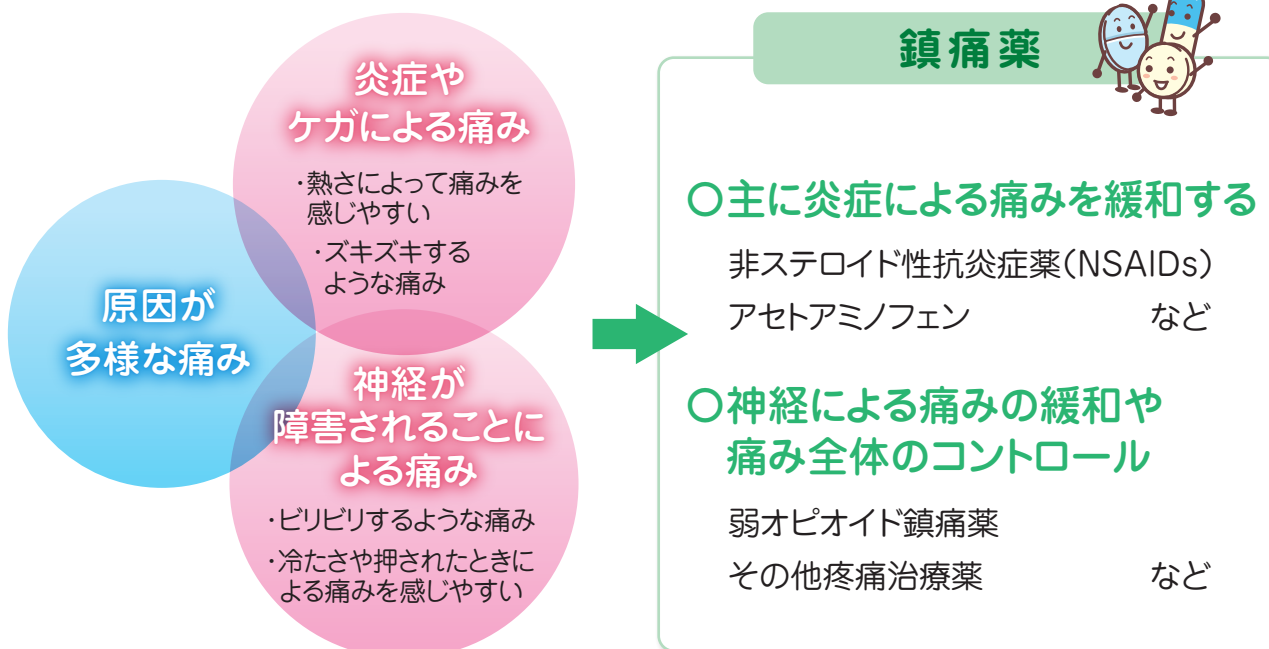




疼痛(痛み)に対する治療の考え方

痛みとはからだに生じた異常事態を知らせるシグナルであり、大切な役割をもっています。多くは原因となるけがや病気が治れば改善する一時的なものですので、炎症やケガがある場合はまずは安静にし、治療していくことが大切です。

痛みは主に感じ方によって大きく3つに分けてとらえることができ、痛みの種類や期間によりお薬を使い分けします(下図)。けがや病気によって組織が直接傷ついた場合には、ズキズキしたり、熱を感じるような痛みを感じます。また、神経の一部が傷ついたり、糖尿病などの病気によって生じる神経の痛みでは、ビリビリするような痛みや、冷たさなどを感じやすいといわれています。そのほか、原因がはっきりしないまま痛みを感じることもあります。これらは完全に分類することはできず、重複することもあります。痛みは強さだけでなく、感じ方も個人によって異なるので、自分の症状にあったお薬を使うことで痛みをコントロールしていきます。



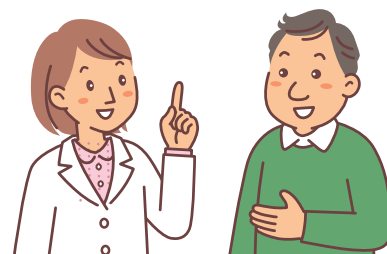
痛みを感じる原因や感じ方には個人差があります。

経口薬だけでなく、痛みの原因や強さに応じて、外用剤(湿布などの貼り薬やぬり薬)を組み合わせたりすることで、痛みを緩和していきます。

長びく痛みとうまく付き合うために

原因となるけがや病気が治っているにもかかわらず痛みが長びいてしまうことがあります。このような痛みはストレスなどの影響を受けて、より治りにくくなることもあるため、症状が長びくときは薬を変更することがあります。

その場合、「症状とうまく付き合っていく」という考え方が重要になり、多少の痛みがあったとしてもできる限り普段通りの生活を送るようにしましょう。安静にすべき時期を過ぎても、あまり体を動かさない状態が続いてしまうと段々と患部が動かしにくくなり、かえって治りにくくなることもあるためです。処方されたお薬で痛みをやわらげながら、ウォーキングやストレッチなどできることから徐々に始めていきましょう。



主な鎮痛薬(経口剤)一覧

あなたのお薬に☑が記してあります。

分類	主な製品	主な副作用
非ステロイド性抗炎症薬 (NSAIDs)	☐ アスピリン ☐ インドメタシン ☐ ザルトプロフェン ☐ セレコキシブ ☐ メロキシカム ☐ イブプロフェン ☐ エトドラク ☐ ジクロフェナク ☐ メフェナム酸 ☐ ロキソプロフェン 等	消化管障害、腎機能障害、喘息、浮腫等
アセトアミノフェン	☐ アセトアミノフェン	消化器症状、肝・腎機能障害等
弱オピオイド鎮痛薬	☐ ترامドール ☐ ترامドール・アセトアミノフェン配合錠	眠気、めまい、吐き気、便秘等
強オピオイド鎮痛薬	☐ モルヒネ	眠気、めまい、吐き気、便秘、息切れ等
その他疼痛治療薬	☐ カルバマゼピン ☐ ミロガバリン ☐ プレガバリン	眠気、めまい、体重増加、浮腫等
	☐ アミトリプチリン ☐ デュロキセチン	眠気、めまい、倦怠感、悪心、口渇等
	☐ エチゾラム 等	眠気、ふらつき、倦怠感、脱力感等
	☐ ワクシニアウイルス接種家兎炎症皮膚抽出液含有製剤	悪心、発疹

症状が強いときだけ飲むこともあるため、医師の指示にしたがって服用してください。

【現在の痛みを記録しておきましょう】

痛みの強さは本人しか分かりません。あなたが今感じている痛みはどのくらいの強さなのか、治療を開始してからの痛みの変化とともに記録しておきましょう。また、お薬にもすぐに効果が出るものと、一定期間服用を続けることで効果が発揮されるものがあります。お薬を飲んでも変わらない、まだ辛い症状が続くなどの場合は、すぐに医師にご相談ください。



0



1



2



3



4

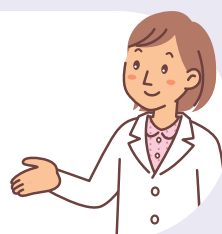


5

(例)

日付	10/○	/	/	/	/	/
痛みの強さ (0～5の数値で記入)	3					
日付	/	/	/	/	/	/
痛みの強さ (0～5の数値で記入)						

施設名



提供: 日本ケミファ株式会社

2019年12月
9L1 ©