

## 4.對於病患及家屬的衛教

醫護人員在發現病患疼痛問題時，應適時得給予病患及家屬教導有關疼痛的知識，

### 4.1 病患及家屬衛教重點應包含以下項目：

4.1.1 不必向醫護人員隱瞞自己的疼痛，過度忍受疼痛對身心健康有害。

4.1.2 忍受疼痛的後果會造成病患生理、心理及社會功能上的挫折。

生理上：心血管系統壓力增加、內分泌失調、肌肉過度僵硬收縮影響傷口癒合、影響睡眠品質。

心理上：情緒低落、易怒、緊張，以及因害怕再度受傷，而無法儘快回到工作崗位或恢復日常生活。

4.1.3 如果口服止痛劑效果不好，還有其它方法可以止痛。

4.1.4 向醫護人員正確表達疼痛的細節是治療疼痛的關鍵。

4.1.5 癌症或非癌症的慢性疾病都可能引起疼痛，大多數的慢性疼痛，都可以經由口服止痛藥物得到良好的控制。

4.1.6 嗎啡類的止痛藥物並非毒品，反而因止痛效果強且不傷害腸胃、肝、腎、和心臟等重大器官，因此常被使用於癌症及非癌症的各式疼痛症狀上。它雖然不是沒有副作用，但大多數副作用皆是可以控制的，所以為了止痛須教導病患安心使用。

4.1.7 嗎啡類的止痛藥物有時在使用一段時間後，會發覺效果減弱。必須調高劑量才能達到先前的止痛效果。這是產生藥物耐受性的正常反應，而並非表示上癮。須教導病患正確地說出止痛效果，不要害怕增加劑量。