

# 痛み治療日記

痛みの治療を受けられる  
患者さんのご家族の方へ



## 【目次】

- 1 医療用麻薬の種類
- 2 時間を決めて飲む薬
- 3 すぐに効く薬(レスキュー)の使い方
- 4 医療用麻薬の副作用(①吐気・嘔吐)
- 5 医療用麻薬の副作用(②便秘)
- 6 医療用麻薬Q&A

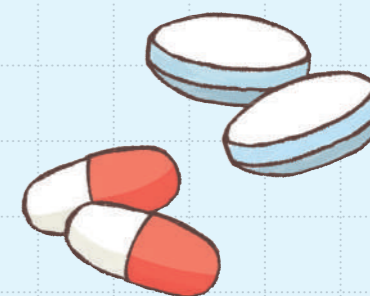


## 医療用麻薬の種類

医療用麻薬は、オピオイド鎮痛薬とも呼ばれ、モルヒネを代表としてコデイン、オキシコドン、フェンタニルなど様々な薬があります。効果発現の速さや持続の長さによって2種類に分けることができます。

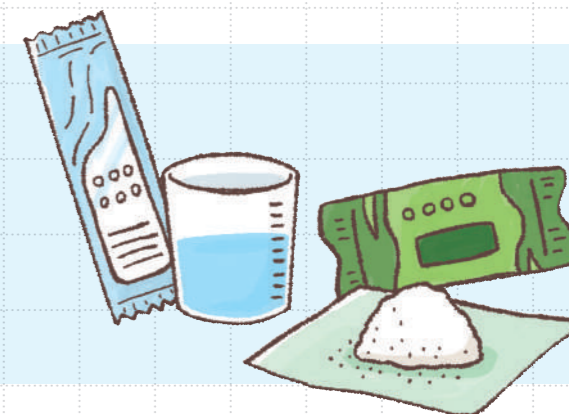
### 1 時間を決めて飲む薬

長く効く薬  
(例)錠剤、カプセルなど

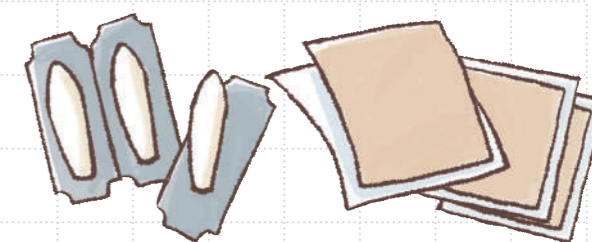


### 2 痛い時に飲む薬

すぐに効く薬  
(例)水薬、粉薬など



医療用麻薬には、飲み薬以外に貼り薬や坐薬などもあります。



## 時間を決めて飲む薬の使い方

薬は毎日決められた時間に飲んでください。



医師の指示に従って、**毎日決められた時間に薬を飲む**ことで、24時間薬が効いて痛みがほとんどない生活を送ることができます。

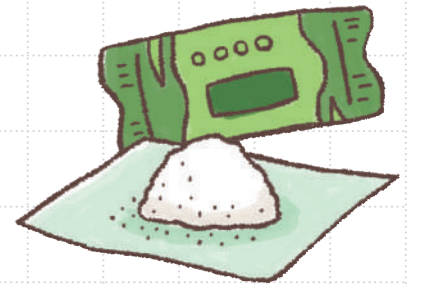


決められた時間に飲むお薬は、ゆっくり長く効きます。**『痛い時』に飲んだり、『痛くなってから』飲む薬ではありません。**このような時は**『すぐ効く薬』**があります。



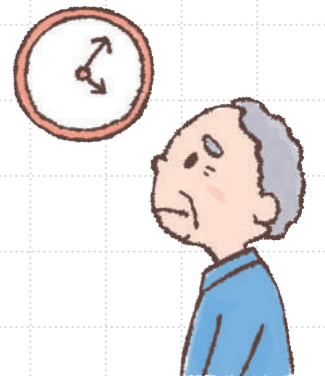
## すぐに効く薬(レスキュー)の使い方

時間を決めて飲む薬を飲んでも痛みが辛い場合は、**レスキュー**を飲んでください。



その後、**1時間は様子を見てください。**

※レスキューは、効果が出始めるまでに15分程度かかり、**1時間後に一番効果が現れます。**ただし、効果は6時間程度しか続きません。



レスキューを飲んで1時間後に、**痛みが続いている時はもう1回飲んでください。**

※1日4~6回まで飲んでも大丈夫です。それでも良くならない場合、医師・看護師・薬剤師に相談してください。  
※ただし、何回も飲んだからといって効かなくなることはありません。また、この薬は空腹時に飲んでも大丈夫です。



**レスキューをうまく使いこなし、痛みを和らげましょう。**



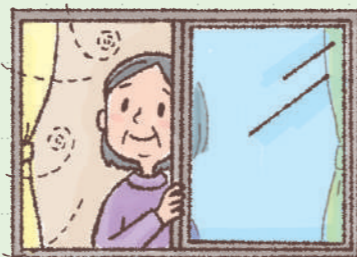
## 医療用麻薬の副作用

### ①吐気・嘔吐

#### ケア

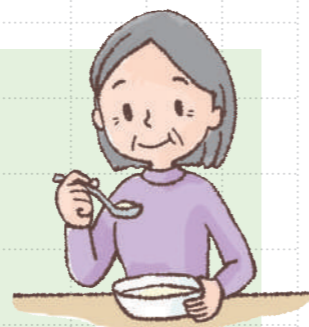
- 体を衣類でしめつけない
- においに気を配る
- 便秘を解消する
- 姿勢を工夫する
- 窓を開けて新鮮な空気を入れる

吐気を  
予防するコツ!



#### 食事

- 吐気が少ない時に食べる
- 食べられる物を少しずつ食べる
- 調理方法を工夫する
- のどごしがよく、刺激の少ないものを食べる



1～2週間で治まってきますが、**吐気止めの薬で予防・治療することができます。**医師・看護師・薬剤師に相談してください。

## 医療用麻薬の副作用

### ②便秘

#### ケア

- お腹を温める
- お腹のマッサージをする
- 軽い運動をする
- 便を我慢しない
- 毎日決まった時間に排便を試みる

便秘を  
予防するコツ!



#### 食事

- 食物繊維の多い食事をとる
- 水分をとる



医療用麻薬を飲んでる間は便秘になりやすいので、**便通を良くする薬で治療することができます。**医師・看護師・薬剤師に相談してください。

## 医療用麻薬Q&A

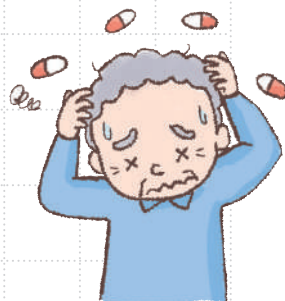
**Q 医療用麻薬を飲むと眠くなりますか？**

**A** 痛み止めの飲み始めや薬を増やした時に眠気が生じることがあります。4~5日続けて飲んでいる間に消えます。眠気が続く場合は、医師・看護師・薬剤師に相談してください。



**Q 医療用麻薬の依存症になることはありますか？**

**A** 痛みのある患者さんが、痛みをとるために正しく使っていれば、医療用麻薬による依存症になることはありません。



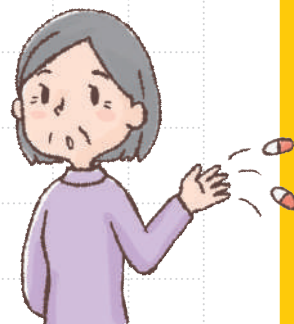
**Q 医療用麻薬を飲むと寿命が縮まることはありますか？**

**A** 医療用麻薬を正しく使って痛みをとることで、身体や気持ちが楽になり、生活への意欲などができます。寿命が縮まることはありません。



**Q 痛みがなくなったので自分の判断で医療用麻薬を止めてもいいですか？**

**A** 医療用麻薬を急に止めると違う副作用(退薬症状)があらわれることがあります。自分の判断で中止しないでください。



**不安に思うこと、疑問に思うことがあれば、  
医師・看護師・薬剤師に相談してください**