

癌痛令你疲累、抑鬱、孤獨

乾忍著痛只會帶來不必要的苦惱。痛令你對生活失去興趣；痛影響你的食慾和睡眠；痛令你失去專注力；痛令你難以與親朋戚友共聚。



癌痛愈早處理，愈容易控制。你必須採取主動，及早告訴醫護人員。醫生會根據你的疼痛程度給予適當的藥物。對付溫和的疼痛，醫生或會處方撲熱息痛。這些藥物直接減輕疼痛及發熱。對中、重度疼痛，你可能需要較強效的嗎啡類藥物，例如 Doloxene, Codeine, Morphine, Methadone 及 Fentanyl 貼片。

鎮痛藥物可有口服、肛門栓劑、皮膚貼片和注射等方式，醫生會視乎你的情況及生活方式而決定採用適合你的方式。所有藥物都會有些少副作用，如便秘、噁心、嘔吐及渴睡等。別擔心，鎮痛藥物的止痛益處遠比它的副作用多。正確使用鎮痛藥不會讓你上癮，只要你配合醫生的指導，它是幫助戰勝癌痛的好幫手。一旦病情減輕，疼痛也可能隨之漸減，屆時可逐漸停止使用鎮痛藥。另外，藥物會因體形、新陳代謝及病人對藥物的敏感度而產生不同的反應。因此若你所服的藥物並未生效，你便要告訴醫生或護士，以便考慮其他的藥物。

此外，還有很多非藥物性的紓緩方法，包括物理治療、神經刺激、肌肉鬆弛、按摩、針灸、催眠、冥想及藝術、康樂及音樂治療等。可向醫護人員請教。
