

痛みを我慢しないで

宮崎大学医学部附属病院薬剤部
畑中 真理

2020年10月16日がんサロン

本日の内容

- 痛みについて
- 医療用麻薬とは
- 痛みをご自身の言葉で伝える
- 最後に

本日の内容

- 痛みについて
- 医療用麻薬とは
- 痛みをご自身の言葉で伝える
- 最後に

がんの痛みとは

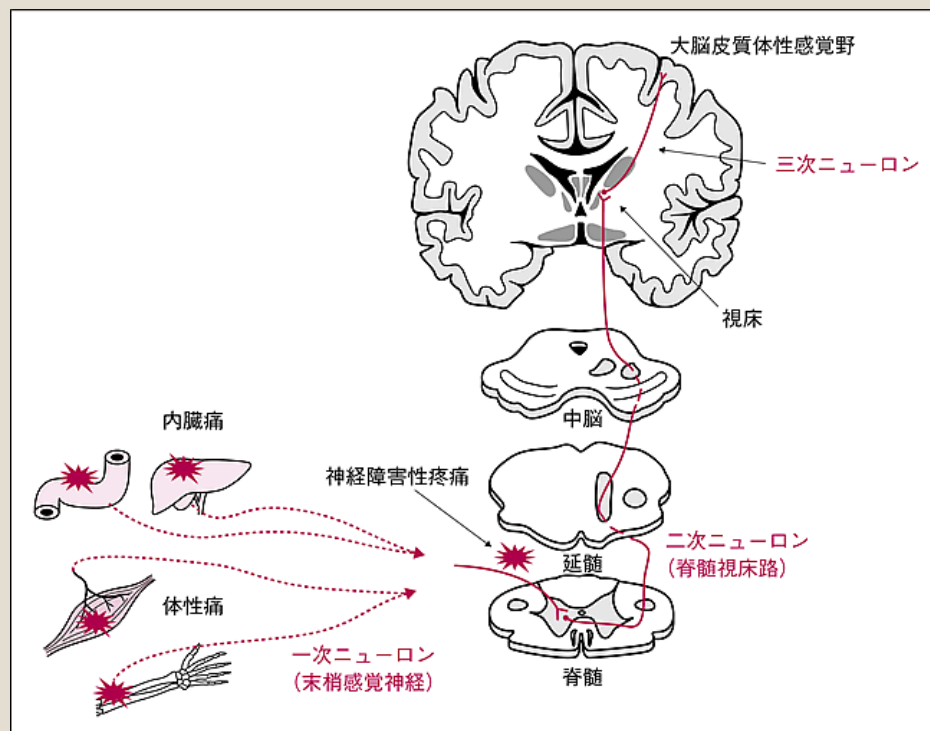
がんの治療中：半数

病状が進むと：3人に2人

経験する

痛みの原因

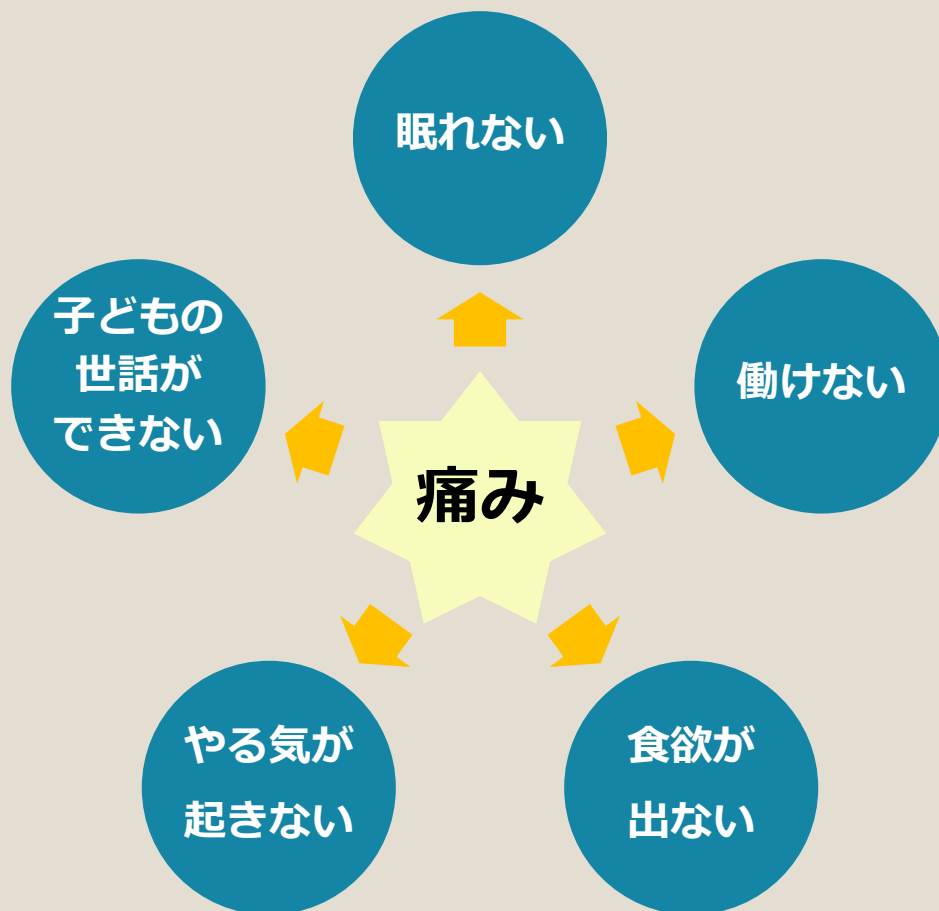
- ① がん自体
- ② がん関連
- ③ 治療
- ④ がん以外の病気



がん疼痛の種類と痛みの伝達

日本緩和医療学会ガイドラインより抜粋

痛みを我慢すると



痛みによる悪循環で、からだどこころにストレスがかかり、体力を消耗しがん治療に耐えられなくなることがあります

本日の内容

- 痛みについて
- 医療用麻薬とは
- 痛みをご自身の言葉で伝える
- 最後に

がんの痛みに対する治療

WHO方式 がん疼痛治療法

痛みどめの使用時に

大切な **5** 原則

- ① 可能な限りの**み薬**を用いる
- ② 薬をのむ**時間を決めて規則正しく**使用する
- ③ **痛みの強さによって**薬の強さ、種類を選ぶ
- ④ **あなたにあった量**の薬をのむ
- ⑤ 以上を行ったうえで、薬の説明や副作用対策などを確認する

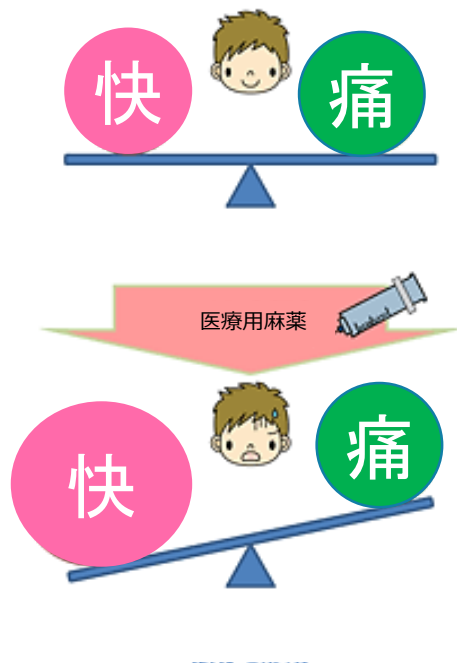
三段階 除痛ラダー



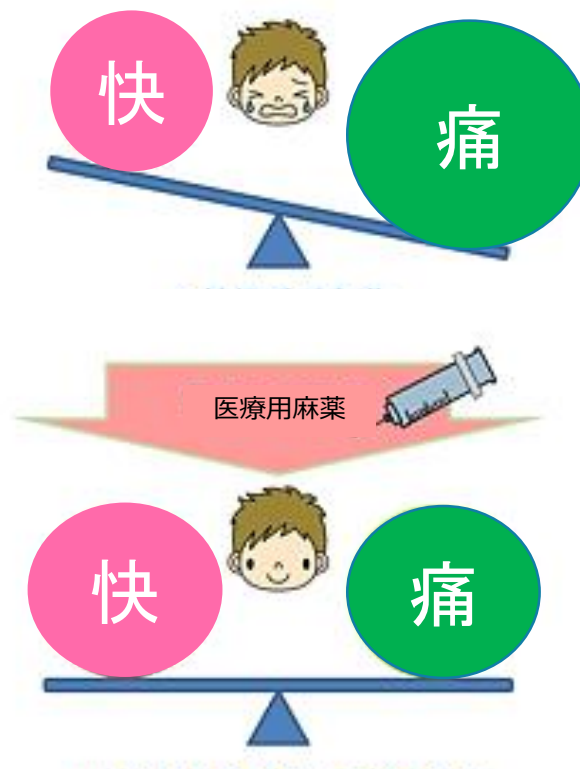
医療用麻薬は中毒になるか

痛みがある人は
医療用麻薬を使っても
中毒になりません

痛みがない人の場合



痛みがある人の場合



(鈴木勉. 日医雑誌122(12) : MM-34-36,1999より一部改変)

医療用麻薬はドラッグと同じか



医療用麻薬

← オピオイド



コカイン・違法ドラッグ

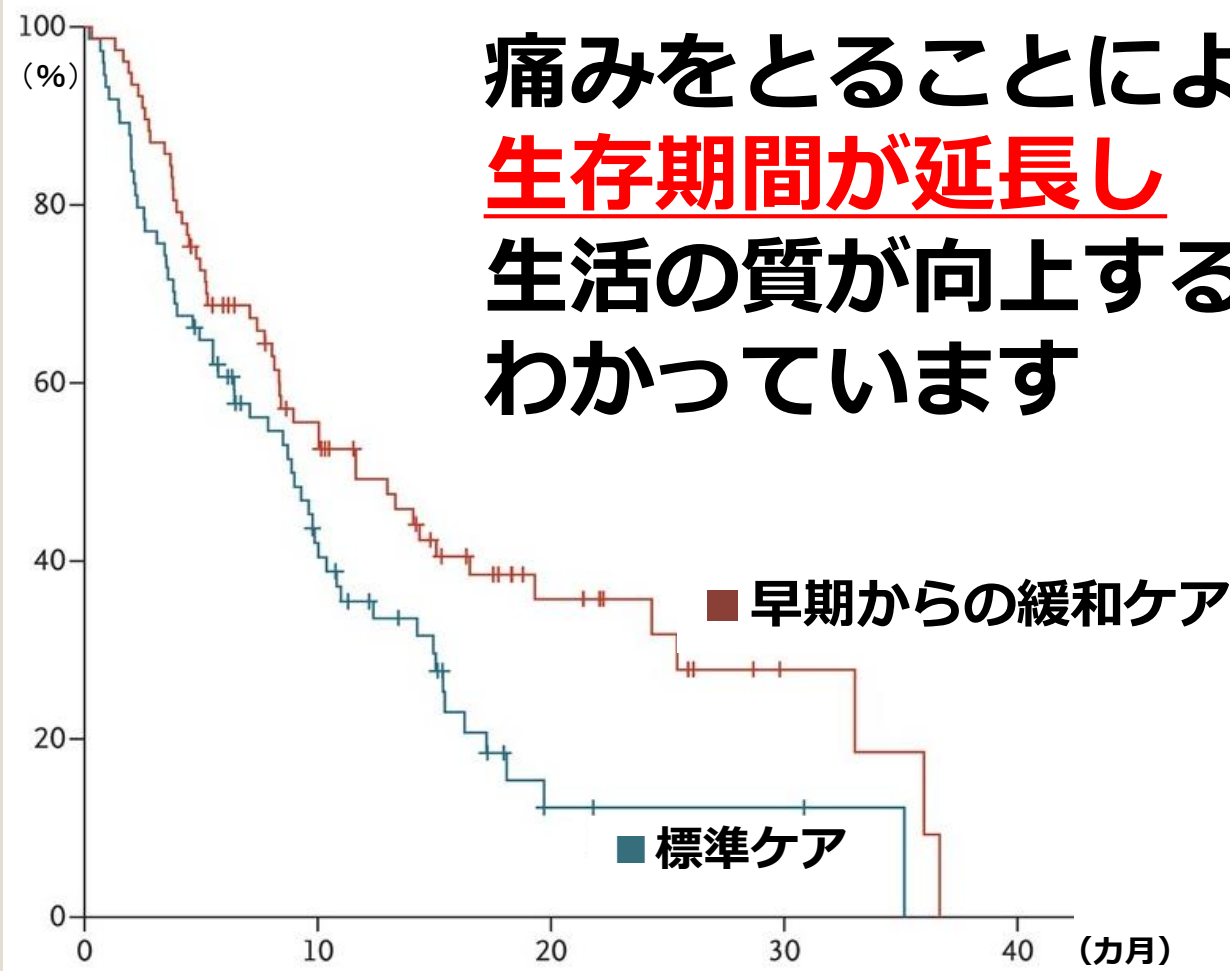


覚せい剤・大麻

←
←
オピオイド
では
ありません

医療用麻薬を使うと寿命が縮まるか

生存率



経過

医療用麻薬は最後の手段か

がんと診断されたばかりの

早い段階からでも、

痛みの強さに応じて

医療用麻薬を積極的に使用します

がん治療と
痛み治療の割合



診断時

医療用麻薬は治療に影響するか

- ・ 医療用麻薬で抗がん剤の効果が弱まることはありません
- ・ 逆に、**痛みを我慢して横になっている時間が長い場合**、抗がん剤の効果が出にくい状態であると判断して、抗がん剤の治療を中止することがあります
- ・ **痛みでじっとしてられない場合は、放射線治療が行えない場合もあります**



医療用麻薬で痛みをしっかりとることで
がん治療の可能性は広がります

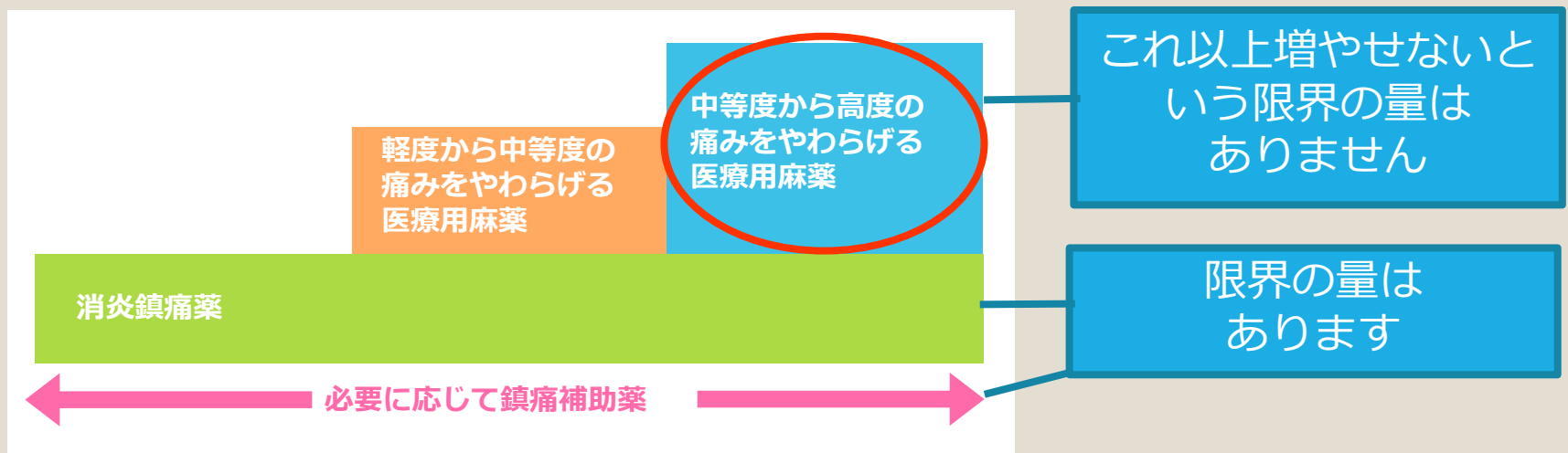
医療用麻薬は効かなくなるか

時間の経過とともに痛みの強さが変わってることがあります

- 痛みどめが効きにくい痛みが加わることがあります
- 痛み自体が強くなると、痛みどめの量が現在の痛みにあわなくなります

頓服薬の使い方を工夫したり、痛みどめの量や種類、組み合わせを変えることで再び痛みをとることが可能です

長く使用して痛みどめが効かなくなるという心配はありません



医療用麻薬は止められないか

抗がん剤治療
放射線治療
ブロック注射
骨セメントなど



治療の効果が出て痛みがなくなれば、
医療者と相談のうえで医療用麻薬を減量
あるいは中止することができます

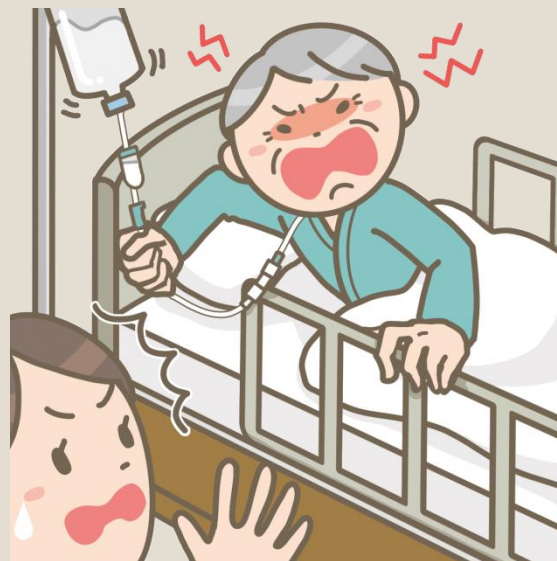
医療用麻薬は異常な行動の原因となるのではないか

せん妄

(つじつまのあわないことを言ったり、幻覚がみえたりするなど意識の状態が悪くなった時にみられる症状)

せん妄の原因としては、

肺炎などの感染症や発熱、全身の衰弱、不眠、**痛みなどのからだの不快**、脳腫瘍や脳転移、薬剤などがあります



痛み自体がせん妄の原因であり、痛みを取り除くことがせん妄の治療につながるがあります

医療用麻薬で精神状態や意識の混乱が生じることは少なく、仮に生じても薬の量を調節したり種類を変更したりすることで症状は改善します

医療用麻薬の副作用-便秘

便秘は医療用麻薬を使用している

患者さんの**80**%が経験します

対処法として

- ・ 医療用麻薬と同時に下剤を併用する
- ・ 水分や食物繊維を摂取する
- ・ できる範囲でからだを動かす
- ・ 腹部のマッサージをする
- ・ 痛みどめの種類をかえる

などがあります



下剤を調節しながら医療用麻薬での便秘と
上手に付き合っていくことは十分可能です

医療用麻薬の副作用-吐き気

対処法として

- ・ 吐き気の原因にあわせた吐き気止めを使用する
- ・ 食事を消化のよいものや好きなものにする
- ・ 部屋の空気を入れ替える
- ・ 痛みどめの種類を変えるなどがあります



痛みどめに体が慣れてくると1-2週間程度で自然に症状がなくなります

医療用麻薬の副作用-眠気

心地よい眠気の場合は
問題ありません

まれに、患者さんが目を開けない、
呼びかけにも反応がない場合は、
周囲の人が直ちに医療者に知らせる必要があります



痛みどめに体が慣れてくると**1週間程度**で
自然に症状がなくなります

本日の内容

- 痛みについて
- 医療用麻薬とは
- **痛みをご自身の言葉で伝える**
- 最後に

痛みをご自身の言葉で伝えて下さい

- ◆痛みは主観的な感覚なので、
痛みを感じている患者さん
ご自身しかわかりません
- ◆痛みの診断と治療はあなたが
痛みを医療者に伝えるところ
から始まります
- ◆痛みがあることや痛みの程度、
性質などをご自身から伝えて
いただくことが大切です

横になっている
と大丈夫だけど、
座ると腰がズキ
ズキ痛みます



本日の内容

- 痛みについて
- 医療用麻薬とは
- 痛みをご自身の言葉で伝える
- **最後に**

最後に

- ✓がんの痛みは治療中の患者さんの**半分以上**が経験します
- ✓痛みを**我慢**すると**体力を消耗**し、治療にも影響します
- ✓痛みがあるがん患者さんでは医療用麻薬は**中毒になりません**
- ✓医療用麻薬とドラッグは全く**別物です**
- ✓医療用麻薬などを使い痛みを緩和することで**寿命が長くなる**という報告があります

最後に

- ✓ 医療用麻薬は**診断時から**痛みに応じて使用することができます
- ✓ 医療用麻薬は効かなくなることはなく **上限もあります**
- ✓ 医療用麻薬は治療が効いて痛みが緩和されれば **止めることもできます**
- ✓ **せん妄は、多くの場合、医療用麻薬の影響ではなく、痛みをとることがせん妄治療につながります**
- ✓ 医療用麻薬の副作用の**吐き気や眠気は1週間**ほどで慣れ、**便秘は下剤**の併用で対処できます

痛みは我慢しないで
痛みを医療者に伝え
痛みをコントロールして
快適に日常生活を送ることが大切です



ご清聴ありがとうございました