



# 是镇痛药让我的情况变得更糟吗？

## 吉姆的遭遇

吉姆是一位 55 岁的建筑工人，曾因工伤接受过腰背部手术治疗。当他的背部持续疼痛时，医生增加了他的阿片类强效镇痛药的剂量。

几周后，吉姆尝试减少药量，但这让他疼痛难忍。吉姆确信没有镇痛药他可能会活不下去。他开始感到更加疲乏，出现晕眩，并变得沉默寡言。他的睡眠质量很差，整天在床上不是躺着就是看电视。吉姆变得很沮丧。

吉姆的家人认为他的情况不仅没有好转，反而变得更糟了。他们希望吉姆能够变回原来充满爱心、富有幽默感且和蔼可亲的样子。虽然他的家人知道他们深爱的吉姆需要帮助，但是他们可以做什么呢？

**您或者您的亲朋好友是否有类似的遭遇？  
如果有的话，那么是时候寻求帮助了。**



您可以拨打 **877-8-HOPENY** 或 **877-846-7369** 寻求帮助

## 为什么镇痛药没有让我的情况有所好转？

持续使用阿片类镇痛药：

- 导致脑部发生变化。
- 可能需要使用更高剂量的药物，才能达到同样的镇痛效果（又称耐药性）。
- 能够让您变得对疼痛更加敏感，并可能导致疼痛加剧。

## 什么是阿片类镇痛药？

阿片类镇痛药是指能够影响脑部，并具有高度成瘾性的处方类镇痛药。

### 常见的处方阿片类镇痛药包括：

Actiq、Duragesic、Fentora（芬太尼）

Avinza、美施康定（吗啡）

可待因

Dilaudid、Exalgo（氢吗啡酮）

Lortab、Norco、维柯丁  
（氢可酮和对乙酰氨基酚）

Nucynta（他喷他多）

Opana（羟吗啡酮）

奥施康定（羟考酮）

Percocet（羟考酮和对乙酰氨基酚）

## 使用阿片类镇痛药会给我带来哪些副作用或不良后果？

### 使用阿片类镇痛药常见的副作用包括：

困倦、重度镇静和晕眩

恶心、呕吐和便秘

思绪紊乱、健忘

情绪、行为发生变化，和 躲避亲朋好友

身体机能下降

突然停用阿片类镇痛药会出现脱瘾不适症状  
（又称依赖性）

不受控制地渴望使用阿片类镇痛药，  
从而导致做出伤害自己或他人的行为  
（又称药物成瘾）

呼吸困难、用药过量和死亡



## 如何分辨使用镇痛药是否会对我造成伤害：

回答以下问题可以帮助您找到答案：

- 您对于使用镇痛药是否进行过认真的思考？
- 您是否需要使用更高剂量的药物来达到镇痛效果？
- 您的疼痛是否随着镇痛药剂量的增加而日益加剧？
- 想到镇痛药用完了是否会让您感到害怕？
- 您是否尝试过停止使用镇痛药或减少剂量但没能成功？
- 使用处方类镇痛药是否已经破坏了您与他人的关系？
- 您的亲朋好友是否担心您使用镇痛药？

对于上述任意问题，如果您的答案为“是”，那么是时候寻求帮助了。

## 我可以从何处获得帮助？

- 您和/或您的家人可能首先会希望与医生讨论您的担忧。您的医生或许能指导您向合适的专科医生寻求帮助。
- 您可以致电或发送短信至纽约州酗酒及药物滥用服务办公室 (Office of Alcoholism and Substance Abuse Services, OASAS) HOPELine。所有致电均为免费、匿名且保密：877-8-HOPENY 或 877-846-7369。一年 365 天、一天 24 小时全天候提供帮助。
- 如需了解更多信息，请访问 OASAS 网站 [oasas.ny.gov/treatment](http://oasas.ny.gov/treatment)

## 工伤补偿保险可以报销我的治疗费吗？

可以，只要治疗经由法官推荐或经过您的工伤补偿保险承保公司批准即可。

## 如果我希望进行治疗，我需要停用所有阿片类镇痛药吗？

不一定。专科医生会单独考察每个患者的具体情况。

## 我还能进行什么其他的治疗以改善现状？

专科医生会诊断出其他导致您疼痛的病因，给予您治疗，推荐其他可以改善您健康状况的治疗方法，并视您的病情考虑使用非阿片类镇痛药。

## 目前针对阿片类镇痛药依赖性 or 成瘾性的治疗通常包括哪些内容？

- 目前，在开始治疗前首先需要由药物成瘾方面的专业人士对患者进行评估。
- 您可能需要遵照针对药物成瘾治疗计划接受治疗。治疗可能包括逐步减少镇痛药的剂量。
- 治疗可能包括行为和药物治疗。
- 综合治疗计划会专门针对您的需求提供其他服务。

致电或发送短信至纽约州  
OASAS HOPELine : **877-8-HOPENY**  
或 **877-846-7369**

所有致电均为免费、匿名且保密。如需了解更多信息，请访问 [oasas.ny.gov/treatment](http://oasas.ny.gov/treatment)