



癌症疼痛

Nursing guidance of cancer pain

一、什麼是癌症疼痛：

疼痛是癌症病人最普遍、最常發生及最令人難以忍受的症狀之一，約有60-90%的病人會有疼痛的問題，也是影響癌症病人生活品質的重要因素，因此改善疼痛是提升癌症病人照護品質的重要工作

二、致病原因：

- (一)原發性腫瘤或轉移造成的腫瘤刺激身體組織產生疼痛
- (二)放射線治療或手術治療後可能會引起疼痛
- (三)組織發炎或組織壞死導致疼痛
- (四)其他與腫瘤無關之疼痛，例如缺乏活動而造成的關節僵硬
- (五)焦慮、擔心或害怕會增加癌症疼痛程度

三、症狀：

每個人對疼痛的感受程度不同，疼痛的性質可分為：刺痛、刀割痛、鈍痛、悶痛、抽痛、壓痛、燒灼痛及感覺異常痛等。疼痛發生時所造成的影響有：

- (一)症狀：噁心、頭痛、頭暈、虛弱、昏沉、便秘、腹瀉、出汗
- (二)情緒：恐懼、憤怒、憂鬱、哭泣、情緒浮動、不安、想自殺
- (三)食慾降低：吃很少或吃不下
- (四)生活型態改變：不安、無法入睡、活動減少

四、臨床處置：

在治療疼痛時，醫師首先會試著找出疼痛的原因，再加以治療：

- (一)使用藥物
- (二)復健及運動：輕度運動量動作和伸展運動，可減輕疼痛並改善健康狀態
- (三)冷、熱敷或按摩：幫助疼痛部位放鬆以減少肌肉張力
- (四)針灸或經絡按壓：藉由刺激神經以阻斷疼痛訊號的方法
- (五)生理回饋：利用微細的電流訊號讓病人感到身體對壓力和疼痛的反應，並進一步學習控制身體對疼痛的反應
- (六)神經阻斷：經由手術或麻醉方式，阻斷神經將疼痛訊息傳送至大腦

(七)放射線治療：用來緩解因癌症轉移至身體其他部位的疼痛

(八)音樂治療：給予放鬆的音樂或病人喜歡的音樂，協助病人轉移注意力，降低疼痛感

五、飲食：

當疼痛發生時食慾會變差，此時僅需提供非刺激性且病人想吃之飲食即可

六、居家照顧：

(一)不要隱藏疼痛，如發生疼痛情形，請記錄下下列問題，讓醫師知道該如何協助您緩解疼痛：

1.疼痛強度及性質？

疼痛強度：不痛 0-1-2-3-4-5-6-7-8-9-10 痛不欲生

目前疼痛度：_____最痛時：_____最輕時：_____可忍受的強度：_____

疼痛性質：①刺痛②刀割痛③鈍痛④悶痛⑤抽痛⑥壓痛⑦燒灼痛

⑧感覺異常痛⑨其他

2.何處感到痛？

3.疼痛最嚴重時是如何？

4.疼痛隨著治療而有什麼樣的變化？

5.疼痛會因什麼而引起？又可因什麼而緩解？

6.疼痛發生的頻率及持續時間？

(二)應依醫囑按時服用藥物，不可自行調整藥量、不可等疼痛發生時才服藥

(三)可藉由轉移注意力，例如：聽音樂、看書、畫畫等方式緩解疼痛

(四)調整成舒適的姿勢。

七、參考資料

吳尚倫、謝政智 (2017)·癌症相關疼痛之藥物治療新觀念·臺灣臨床藥學雜誌，25(2)，100-108。https://doi.org/10.6168/FJCP.2017.2502.02

江怡旻 (2016)·居家癌症病人疼痛與謔妄之處理：案例討論·長期照護雜誌，20(1)，11-21。https://doi.org/10.6317/LTC.20.11