

濫用止痛藥 小心易成癮

王先生是上班族，因業績壓力大，只要覺得頭痛，就直接用非處方藥物止痛。剛開始效果還不錯，後來卻變成每天都會頭痛。只要症狀一發作，馬上自行服藥。或許過於頻繁，老婆感到不太對勁，經陪同就醫，才發現是止痛藥成癮。

您也有類似的狀況嗎？俗話說：「疼痛不是病，痛起來要人命！」無論是誰，都討厭疼痛。畢竟碰上了，心情難免低落，嚴重時，更會影響生活品質與工作效率。值得注意的是，許多民眾喜歡去藥局購買成藥，而不是去醫療院所接受診治。此舉雖然方便，卻有一定程度的風險。

目前市售的止痛藥、感冒藥（液）普遍為複方，

除了具止痛成分外，還有其他成分。因此，當發生一般的疼痛（如頭痛、牙痛或關節痛等），打算買成藥服用時，最好還是先諮詢醫師或藥師。假如服用後仍無法緩解，還是應該就醫，確認病因。

一旦出現以下徵兆，恐有依賴的問題，需儘快尋求專業（如精神科、神經內科）的協助：

- ✧ 迫不及待：才剛吃完藥，就在想什麼時候可以再吃；老是怕藥不夠用，就算身邊還有，依然想去買來存放。
- ✧ 自作主張：每次攝取的劑量越來越多，或是頻率逐漸增加，認為如此才有效果。未遵照說明書的指示服用，明知過量傷身仍照舊。
- ✧ 欲罷不能：即使疼痛改善許多，或是早就復元，卻仍持續使用止痛藥。
- ✧ 魂不守舍：只要停用或減量，整個人會無精打采，難以專注在學業或工作上。
- ✧ 一觸即發：防衛心變強，面對周遭親友的關切或質疑，顯得沒有耐性，容易亂發脾氣。



何謂藥癮？

藥（毒）癮已被證實是一種腦部功能失調的疾病，會影響個人認知及行為。持續使用會使大腦功能失調，藥（毒）癮者為了達到以前使用時所獲得的效果，必須使用更多的藥物（毒品），導致耐受性增加，但當突然停止或減少用量時，又會出現戒斷症狀，如海洛因會出現打呵欠、上吐下瀉、盜汗、肌肉疼痛等，安非他命則會嗜睡、易怒、焦慮等；此外，在心理上會產生對藥物的渴求，導致無法停止使用，即使已造成身體、心理健康狀況惡化，甚至社會角色功能的困難，如失業、人際關係疏離、家庭失和等，仍會持續想要使用。

藥（毒）癮，和氣喘、高血壓、糖尿病、心臟病等慢性疾病一樣，具慢性化及復發性。一開始接觸藥物（毒品），確實是個人自主的決定，但一旦上癮（腦部功能失調），很難單憑意志力就可以克服，如同我們很難以意志力去克服血壓和血糖的問題一樣。因此，在預防勝於治療的前提下，民眾應避免接觸或使用這些成癮物質。

常見的濫用藥物

台灣常見的濫用藥物（毒品）：

- 中樞神經抑制劑：鴉片、海洛因、愷他命等。
- 中樞神經興奮劑：安非他命、搖頭丸、古柯鹼等。
- 中樞神經迷幻劑：大麻等。



藥癮相關併發症狀

- 過量會導致呼吸抑制、心臟麻痺、腦出血等問題而死亡。
- 使用靜脈注射，會增加感染愛滋病毒、C型肝炎等風險。
- 產生幻覺、妄想等精神病症狀。
- 造成認知功能，如記憶力、注意力、學習能力的傷害。
- 許多身體系統的疾病，例如長期使用愷他命會導致泌尿系統病變，甚至腎功能衰竭。



資料來源：

自由時報(2016.04.24)<http://news.ltn.com.tw/news/life/paper/982712>

衛生福利部心理及口腔健康司

http://www.mohw.gov.tw/CHT/DOMHAOH/DM1_P.aspx?f_list_no=184&fod_list_no=5414&doc_no=48816&rn=123119926