

慢性疼痛的多元對策： 從傳統口服藥物到精準治療

◎林口長庚神經內科部副部主任 郭弘周

本月主題

困 擾著許多人的「慢性疼痛」是什麼呢？慢性疼痛指的是持續超過3個月以上，即使原本受傷或發炎早已痊癒，仍持續存在的疼痛，且無法透過短期治療緩解。慢性疼痛影響全球20%的人口，雖不會致命，但是這類疼痛會嚴重影響日常生活、睡眠品質，甚至導致情緒低落。常說疼痛是除了呼吸、心跳、血壓及體溫外的第五生命徵象，但因無法被客觀的儀器量測到，往往只有病人本身才知道那刻骨銘心的痛，也常常被忽視，造成這些病人奔波在各科的門診中。

常見的慢性疼痛，包含慢性神經痛（如帶狀皰疹後神經痛、糖尿病神經病變、三叉神經痛等）、慢性頭痛、中風後疼痛、慢性肩頸痛或下背痛及纖維肌痛



專長

神經肌肉疾病、感染性神經疾病、粒腺體疾病、紫質症

症等。急性疼痛常常是由局部組織損傷引起，而慢性疼痛往往來自大腦，與中樞過度敏感有關，即使局部損傷已消失且無實質傷害，卻因「錯誤的訊號」使大腦誤以為身體正在疼痛，所以只處理局部是不夠的。另外慢性疼痛不只是痛，也常有許多共病，造成情緒失衡、壓力調適失當、專注力改變等，進而造成失能，所以只靠止痛藥是無法痊癒的。

慢性疼痛的成因具多樣性，

其中神經性疼痛是由於神經受損或功能異常所引起，常見的症狀包括麻木、灼熱感、針刺感或電擊般的疼痛，即使在沒有外部刺激時也會出現。慢性頭痛中常見的偏頭痛，不只是頭痛，而是一種神經疾病，是一種反覆發作的神經血管性頭痛，通常伴隨噁心、畏光、畏聲，甚至視覺先兆。另外因中樞神經系統損傷所引起的疼痛，患側呈現持續性疼痛、異常感覺或對刺激過度敏感，如中風後疼痛就是常見的類型。在處理慢性疼痛方面，不單單只是止痛，還要正確診斷造成疼痛的周邊及中樞原因，更要讓造成疼痛的混亂機制回到平衡狀態，如此才有機會脫離惱人的慢

性疼痛。

治療慢性疼痛的口服藥物，除了傳統止痛類藥物外，抗癲癇類藥物和抗憂鬱類藥物，有著調節神經訊號達到緩解疼痛的效果，在慢性偏頭痛治療也有針對造成疼痛機轉的急性止痛和預防性用藥。隨著醫療技術進步，除了口服藥物治療外，也有許多非藥物治療可協助病人，如神經調控技術中的重複經顱磁刺激或是介入性治療的神經阻斷術等，都可為患者帶來更多脫離疼痛的機會。

透過本次的內容，依照不同的疼痛型態包含神經性疼痛、慢性頭痛及中風後疼痛，介紹相關的疾病機轉及各種具實證的治療

方法，使大家可以了解到，慢性疼痛是一種複雜的疾病，需要與醫師好好討論，根據病因與症狀，制定多層次的治療策略，避免慢性疼痛和其共病進入惡性循環。面對疼痛，記住它不是生活的全部，只要尋求適當的治療，就能擁有美好的一天！

