

## 止經痛藥遺害多

Dora 傳來 WhatsApp 求救，並要求馬上約見，我見事態不妙，當即接見。Dora 步入診所，不，是捲曲着身子步履欄珊，拖着沉重的身軀緩緩地移動玉步，助手們見狀紛紛相扶，好不容易才到達診症房。

我見尤憐的 Dora，雙手掩肚，面青唇白，眼圈發黑，遂問何事？Dora 面容扭曲，氣弱柔絲：「好肚痛，痛經，已服止痛藥，但這次失靈，一樣痛傻了，再加服兩丸，結果不但痛經絲毫不減，還攪出個胃痛來。結果迫住上班途中要請假過來找你求救。」

我說：「不少人不分症狀，不管頭痛、牙痛、感冒或生理不適，統統一藥到底，不僅沒改善，還可能造成其他身體問題和醫療資源浪費。止痛藥並非萬能，它只能短暫性地緩解疼痛，不可過度地依賴，使用任何止痛藥物皆需遵循建議劑量，每日服用的劑量亦不能超過藥品說明上的建議用量。濫用的下場，輕則傷身，重則喪命。然而，疼痛是身體發出的警訊，需要正視及處理。而不是只依賴藥物去逃避。」

Dora 問：「我一向都有服用止痛藥的習慣，會有什麼後遺嗎？」

我答：「止痛藥的危害……」

### 十五種害處

- 1.過敏反應：可引起哮喘、蕁麻疹、過敏性鼻炎等。
- 2.損害造血功能：長期或過量服用，對造血系統及白細胞造成損害。
- 3.胃黏膜損害：空腹使用可出現上腹不適、噁心、嘔吐、飽脹、食慾減退等，嚴重可致胃黏膜損害，引起胃出血。
- 4.中毒性肝炎：服用撲熱息痛可影響肝功能，引起中毒性肝炎。
- 5.腎功能不全：止痛藥引起的腎功能不全已佔藥物引起的腎功能不全的 37%。
- 6.誘發腫瘤：長期服用可誘發乳頭癌、腎盂癌和膀胱癌等。
- 7.神經系統不良反應：出現頭痛、頭暈、耳鳴、耳聾、弱視、嗜睡、失眠、感覺異常、麻木等。
- 8.損害聽力：可致聽力下降。
- 9.誘發胃潰瘍：水楊酸類、阿斯匹林、消炎痛等藥物可刺激胃黏膜，引起嚴重胃腸反應，誘發胃潰瘍。
- 10.出血傾向：水楊酸、阿斯匹林等能抑制凝血酶原在肝內的形成，使凝血酶原在血中含量下降，還能影響血小板的生理功能，使凝血時間延長，凝血功能受影響，引起出血傾向。
- 11.白細胞減少：消炎痛可抑制骨髓而引起的白細胞減少，甚至導致粒細胞缺乏症。
- 12.消炎痛可出現中樞神經系統症狀：如頭痛眩暈。
- 13.掩蓋症狀：止痛藥應用後可掩蓋病情，耽誤治療時機。
- 14.誘發心

血管系統疾病：非甾體抗炎止痛藥能明顯干擾血壓，使平均動脈壓上升。15.容易成癮：尤其是以曲馬多為代表的中樞性止痛藥，不合理使用也會成癮。」

### 處理方法

Dora:「那痛經時怎辦？」我沒好氣:「要知是什麼原因引起的,然後對症下藥嘛！」Dora 問:「那麼我為什麼經痛得如此利害,又可怎樣處理？」經了解後,Dora 的痛經是由於肝氣鬱結引起。此型痛經多見於精神壓力大、情緒易緊張及易怒者,以致氣血運行不順,氣滯血瘀,造成經痛。主要症狀為下腹痛伴有胸脅或乳房脹痛、經量變少、經出不暢、經血色暗、有血塊。試想想,止痛藥又怎能舒肝解鬱,減輕生活壓力?

我答要處理,可嘗試以下方法:

針灸:針刺內關、足三里、三陰交和太衝等穴,助以艾灸,隔日1次,7次為一療程。

功效:調經止痛,疏肝理氣,同時有平衡賀爾蒙和調節情緒功能;研究已證實針灸能刺激腦部分泌腦內啡和血清素,這種又名為安多芬的物質是類嗎啡激素,具強效鎮痛和提升情緒的作用。

本草醫藥坊