

可待因 藥物 新規定

从 2018 年 2 月 1 日開始，所有含有可待因 (codeine) 的藥物將歸為處方藥。這是因為可待因是阿片類藥物，只能遵照醫囑或在護士的建議下服用。

我的藥是否受到影響？

如果您從藥房購買含可待因的藥物，請諮詢醫療保健專業人士。並非所有品牌在 2018 年 2 月之後都將成為處方藥。

什麼能幫助我減輕疼痛？

短期疼痛

對於僅僅是偶爾發生或持續很短時間的疼痛，有許多非處方藥可能會有幫助。請務必遵照包裝上的說明或您的醫療保健專業人員所給予的指示：

- 對於輕微疼痛，請考慮使用對乙醯氨基酚 (paracetamol)、亞士匹靈 (aspirin) 或布洛芬 (ibuprofen)
- 對於更強的疼痛，請考慮使用含有雙氯芬酸 (diclofenac) 或萘普生 (naproxen)，高劑量的撲熱息痛，或同一藥片中含有撲熱息痛和布洛芬的藥物

長期疼痛

即使不再有任何損傷，持續數月甚至數年的疼痛也很難治療。長期疼痛通常無法「治癒」，但有些技術可以幫助我們忍受痛苦。

非藥物治療方法可能包括：

- 熱敷或冷敷包

- 冥想或放鬆
- 鍛煉——包括瑜伽、太極、水療、伸展、加強練習
- 可以控制無益的想法和改變行為的心理技巧

與醫療保健專業人士交談可以幫助確保您獲得最佳的治療方式，以減輕您的疼痛。

為什麼從 2018 年 2 月起把可待因歸為處方藥？

- 非處方可待因藥物含有低劑量的可待因和其他止痛藥物
- 對於大多數人來說，這些複方藥物製劑中低劑量的可待因并不能提供許多額外的止痛功效
- 隨著時間的推移，身體可能會適應可待因，需要越來越高的劑量來緩解疼痛
- 大劑量的非處方可待因藥物可能會導致住院和死亡
- 停止使用可待因可能會導致戒斷症狀，而戒斷症狀和一開始服藥欲解決的問題類似

