

「痛み止めの薬」 のやさしい知識

～あなたの痛みを上手に取り除くために～



Patient Information on Analgesics

監修：国立がん研究センター

発行：公益財団法人がん研究振興財団

「痛み止めの薬」のやさしい知識

～あなたの痛みを上手に取り除くために～

この本はがん患者さんに痛みのない生活を送っていただくために、「痛み止めの薬」についてやさしく解説したものです。

2頁から8頁には、「痛み止めの薬」を使うときに注意していただきたい最も大切なことが書いてあります。薬を使い始める前に必ずお読みください。

担当医が説明したこと（薬の袋に、使う時間と1回分の量が書いてあります）を守って、薬を正しく使うようにしてください。お読みになって、よく分からない点や疑問がありましたら、ささいなことでも遠慮なさらずに、担当医、受持看護師あるいは薬剤師にご相談ください。

「痛み止めの薬」のやさしい知識

痛みは見えないので、まわりの人（ご家族・看護師・医師など）にも分からないことが多く、機械でもはかれません。しかし、痛みの程度や経過などを伝えていただければ、痛みの原因や病気の程度、また「痛み止めの薬」を使って痛みを取り除くことがどの程度できるかどうかなどについて、医師が正確に診断する助けとなります。あなたと医師・看護師・薬剤師、全員の協力があつて、初めて痛みを取り去ることが可能になってきます。

1 ご自分の痛みを医師に正確に伝えましょう。

どのくらい痛いのか、からだのどの場所がどのように痛むのか、またどんなときに痛むのかを医師に伝えていただかないと、痛みの治療が十分にはできません。あらかじめ紙に書いておくと、伝えやすいでしょう。



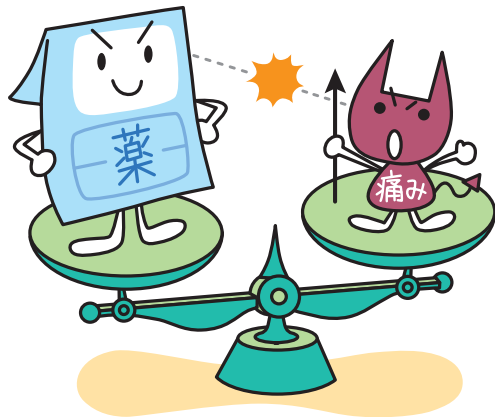
用語解説

痛み止めの薬	痛みを和らげる薬
モルヒネなどの痛み止め	強い痛み止めの薬で、現在、日本では「モルヒネ」「オキシコドン」「フェンタニル」があります。
坐剤（ざざい）	おしり（肛門）から入れるタイプの薬。坐薬とも呼ばれます。
貼り薬	皮ふの表面に貼る薬で、貼った部分だけに効くタイプと貼った場所に関係なく全身に効くタイプがあります。
速放剤（そくほうざい）	早く効きますが、効き目が短い薬
徐放剤（じょほうざい）	効いてくるまでに時間がかかりますが、効き目が長く続く薬
下剤（げざい）	お通じをよくする薬で錠剤、水薬、粉薬、坐剤などがあります。
服薬（ふくやく）	薬をのんだり、おしりから入れたり、皮ふに貼ったりして使うことです。
薬剤部	病院にある薬局
担当医	受持の医師。主治医ともいいます。



4 痛みの強さにあった「痛み止めの薬」を使います。

痛みが強いときに、効き目の弱い「痛み止めの薬」を使っても、痛みはなりません。薬はいろいろな種類がありますので、強い痛みにはそれに見合った効き目の強いモノにネのような薬を使えば、痛みはなくなります。強い「痛み止めの薬」でも、医師に説明されたことを守って薬を使っていたら、中毒になるようなことはありません。



5 痛みをとめるのに十分な量の「痛み止めの薬」を使います。

痛みの強さも、「痛み止めの薬」の効き方も人によって違いがあります。痛みが強いから、薬の量が多いからといって、病気が重いということではありません。大切なことは、自分の痛みを取り去る量の薬を使うことです。痛みがなければ、十分に眠ることができ、よく食べることができ、快適に過ごせます。

検査や治療に痛みがないことが分かったと、お子さんでもすんで検査や治療を受けてくれることから、痛みがないことがどんなに大切なことを分かっていただけたと思います。



2 なるべく簡単に便利な方法で「痛み止めの薬」を使います。

「痛み止めの薬」をのむことが一番簡単で便利ですが、薬をのむことができないときには、おしりから入れる「坐剤」や皮ふに貼る「貼り薬」もあります。のむことも、おしりから入れることも皮ふに貼ることもできない場合には「注射」があります。のむことやおしりから入れることや皮ふに貼る方法は患者さんがご自身でできることです。

「痛み止めの薬」を使って痛みがなくなれば、自由に生活を楽しむことができるようになります。



3 「痛み止めの薬」は決められた時間に規則正しく(食事と関係なく)使いましょ。

例えば、高血圧の患者さんは血圧が上がるのを待ってから「血圧を下げる薬」をのむようなことはほしくないと思います。血圧が高くなるのを防ぐために、医師から言われたことを守って、毎日定期的に薬をのんでいるでしょう。これと同じように、「痛み止めの薬」についても医師が決めた時間ごとに使ってください。薬の袋に使う時間と1回分の量が書いてあります。痛みをとめる作用がなくなる前に、次回の薬を使ってください。

このような使い方をすることで、痛みのない状態がずっと続くのです。

痛くなってから使ったり、また、のんだり、のまなかったりするのはいけません。



7

副作用を防ぐための薬もでています。

何種類かの薬を受け取ると思いますが、すべて大切な薬ですから、それぞれの薬の袋に書いてある時間と1回分の量を守ってください。のみ方や何のためにのものか、どんな薬なのかなど、分からないことがありましたら、どんなことでも遠慮なさらずに、薬剤師あるいは看護師、担当医に質問なさってください。



8

からだの具合を記録しておきましょう。

薬を使った後に、痛みが軽くなったかどうか、また体調が良くなったかどうかなどを、服薬確認表（次頁に見本があります）に書きとめておきましょう。次回、病院にいらつしやる時に持ってきて担当医に伝えてください。また、薬の使い方などを問い合わせたい場合にも書きとめた用紙があれば、忘れずに担当医に尋ねることができると思います。



6

「痛み止めの薬」の副作用
(例えば、吐き気やねむけ、便秘)を
確実に予防することが大切です。

モルヒネをのみ始めた最初のころに気分が悪くなったり、眠くなったりすることがあります。このような吐き気とねむけは3割の方に現れます。

吐き気をとめる薬と一緒にのむと、吐き気はなくなります。「吐き気止めの薬」が必要なのは初めの2〜3週間の間だけです。その後は「吐き気止めの薬」をのまなくても、吐き気はなくなります。

ねむけを感じるのは、痛くて眠ることができなかった日が続いていたことによると考えられています。4〜5日続けてモルヒネをのんでいるうちに、痛みはなくなり、ねむけも消えます。

モルヒネには下痢をとめる作用がありますので、痛みをとめるために使ったときは、副作用と思われる便秘が出てくる人が多いのです。ですから、モルヒネを痛み止めに使ったときは、下剤（お通じをよくする薬で錠剤・水薬・粉薬・坐剤などがあります）も一緒にのんでください。薬の袋に書いてある下剤の量は一応の目安です。

お通じがいつもの通りにならない場合には、下剤の量を増や



してください。もし、下痢気味になったら、下剤の量を減らしてください。下剤の調節は2〜3日ごとに様子を見ながら行なうとつまづきません。今までと同じように、お通じがあることが大切です。便秘の予防対策については43・44頁に詳しく書いてあります。

服薬確認表の一例を示してあります。「痛み止めの薬」を担当医から説明されたように使って、1日も早く痛みのない生活を送ることができるようにしましょう。

見本

服薬確認表

服薬とは薬をのんだり、おしりから入れたり、皮ふに貼ったりして使うことです

—薬をのんだ時間を忘れないために—

患者カード番号 000000-0 患者氏名 **築地太郎**
 薬の数 60錠 (今までの残り) 4錠 + 本日受け取った数 56錠
 受取の年月日 平成24年 3月 25日

国立がん研究センター中央病院 (Tel: 3542-2511 担当医 平蔵)

薬は1回2錠を12時間ごとにおのみください。のんだ時間を下に記入してください。なお、不明な点やお聞きになりたいことがありましたら、上記に連絡してください。

月日	のんだ時間	のんだ錠数	残りの錠数	備考 痛みの具合など
3月25日	21時	2錠	58錠	動かなければ痛みはほとんどない
3月26日	9時	2錠	56錠	ぐっすり眠ることができ気分がよい

備考欄には、痛みの具合や薬をのんで感じたことなどを具体的に書いてください。例えば、よく眠れたとか、痛くて眠れなかったとか、痛みがなかったとか、ねむけが強いなど何でも感じたことを書きこんでください。次に病院にいらっしゃるときに薬の残りがあれば、確認の上、この用紙を病院にお持ちください。

47・48頁にコピーしてそのままお使いいただける服薬確認表があります。

目次 「痛み止めの薬」への疑問 Q と答え A

1	なぜ、時間ごとに薬をのまなければならないのですか？	11
2	痛みを伝える方法にはどのようなものがありますか？	13
3	薬をのむと、すぐに痛みがなくなりますか？	14
4	「痛み止めの薬」の量をどのようにして決めるのですか？	15
5	薬を使ってから、夜はぐっすり眠ることができるように なりましたが、昼間の痛みがとれないので、困っていますか？	15
6	今使っている薬が効かなくなってきましたか？	16
7	痛み止めにもいろいろの薬があるのですか？	16
8	薬がどのように作用して痛みを和らげるのですか？	17
9	痛みがとれると、すべての感覚がなくなってしまうませんか？	17
10	モルヒネはどのように使うのですか？	18
11	オキシコドンはどうやって使うのですか？	19
12	フェンタニルの貼り薬はどのように使うのですか？	19
13	モルヒネはいつ頃から病気の治療に使われているのですか？	19
14	「モルヒネなどの痛み止め」を使うと聞けば、 麻薬中毒が心配ですが？	20
15	なぜ、麻薬中毒にならないのですか？	20
16	「モルヒネなどの痛み止め」はどれくらいの時間効きますか？	22
17	モルヒネはどのくらいの時間、痛み止めとして効きますか？	23
18	オキシコドンはどのくらいの時間、 痛み止めとして効きますか？	23
19	フェンタニルの貼り薬はどのくらいの時間、 痛み止めとして効きますか？	23
20	「モルヒネなどの痛み止め」は効果が強い分、 副作用も強いのでしょうか？	24
21	毎食後に薬をのむ方がのみ忘れがないように思いますが？	24
22	下痢をしているときでも時間ごとにのんでよいのでしょうか？	25
23	モルヒネやオキシコドンは空腹時にのんでも、 胃を荒らしませんか？	25
24	「モルヒネなどの痛み止め」と他の薬を一緒に のんでもよいのでしょうか？	26
25	「モルヒネなどの痛み止め」をのんでいますか、 お酒を飲んでもよいのでしょうか？	26
26	「モルヒネなどの痛み止め」を使用しながら、 車を運転しても大丈夫でしょうか？	26
27	また、夫婦生活はどうなのでしょう？	27
27	「モルヒネなどの痛み止め」を使い始めると、使っている うちに量が増え、中毒のようになってしまいませんか？	27

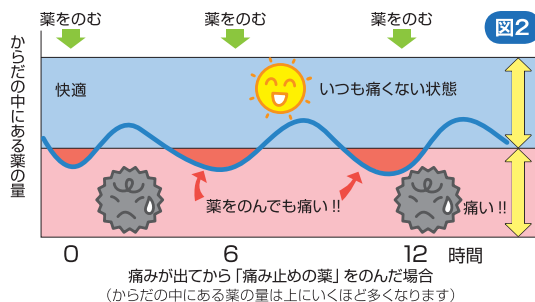
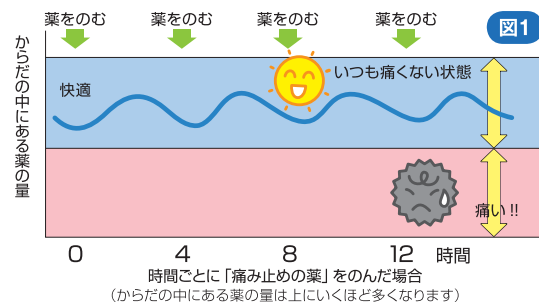
「痛み止めの薬」への疑問と答え

この頁からは今までに私たち医師や看護師、薬剤師が患者さんとそのご家族のみなさんから尋ねられたことを中心に『痛み止めの薬』への疑問と答えの形でまとめました。また、41〜42頁には『痛み止めの薬』への疑問について、項目ごとに分類した索引を用意しましたのでご利用ください。

1 Q 「痛み止めの薬」はなるべく使いたくないので、痛くなったら薬をのんでもよいのでしょうか？」

A 「痛み止めの薬」を決められた時間ごとにのむと、痛みのない状態が続きます。薬をのんでも、薬が吸収されるまでには少し時間がかかり、すぐには痛みをとめることができません。薬の効き目が切れる前に次回の薬をのむようにした方がよいのです。痛みをとめるためには、からだの中にある程度の量の薬があることが必要です。薬の量が少ないと、痛みはとまらないのです。

下の図の縦軸はからだの中にある「痛み止めの薬」



- 28 「モルヒネなどの痛み止め」の量は
どこまで増やすことができるのですか？ 27
- 29 「モルヒネなどの痛み止め」を使い続けると、体が弱ったり、
いのちを縮めたりすることはありますか？ 28
- 30 「モルヒネなどの痛み止め」でも痛みがとれなくなったら
困るので、痛みを我慢していいのですか？ 28
- 31 モルヒネ・オキシコドン・フェンタニルの副作用には
どんなものがありますか？ 29
- 32 「モルヒネなどの痛み止め」で幻覚がでることがありますか？ 30
- 33 「モルヒネなどの痛み止め」を長期間にわたって使ってい
ると、肝臓や腎臓あるいは脳に新たな副作用がでることは
ありますか？ 31
- 34 「モルヒネなどの痛み止め」を使いながら、
仕事ができますか？ 31
- 35 「モルヒネなどの痛み止め」を使って常に痛みがない状態
にしてしまうと、病気の具合がどうなっているのか分から
なくなってしまういませんか？ 32
- 36 「モルヒネなどの痛み止め」を長期間にわたって使ってい
ても、痛みの原因がなくなったら、「モルヒネなどの痛み
止め」をやめることができますか？ 33
- 37 自分の判断で「モルヒネなどの痛み止め」を急にやめても
よいのですか？ 33

- 38 「モルヒネなどの痛み止め」をはかしの人の歯痛や腹痛に使っ
てもよいのでしょうか？ また、フェンタニルの貼り薬を
しつぷ薬の代りに使えますか？ 34
- 39 「痛み止めの薬」を子供が間違っただけでしまったのですが？ 35
- 40 フェンタニルの貼り薬をしつぷ薬と間違えてほかの人が
使ってしまったのですが？ 35
- 41 別の病院に入院しましたが、余ってしまった
「モルヒネなどの痛み止め」は？ 36
- 42 「モルヒネなどの痛み止め」を使いながら、
海外旅行できますか？ 36
- 43 口から錠剤の「痛み止めの薬」をのみ込むことが
つらくなったときは？ 37
- 44 「痛み止めの薬」をのんで、すぐに吐いてしまったときは？ 38
- 45 おしりから坐剤を入れて、すぐにお通じがあったときは？ 38
- 46 痛みをとめる方法はのみ薬や坐剤や貼り薬の他に
どんなものがありますか？ 38
- 47 故郷に帰って、静養したいと思いますが、
1ヶ月分の薬を一度にもらうことはできませんか？ 40
- 48 薬を使うと、必ず痛みはすべてなくなりますか？ 40
- 「疑問と答え」の索引 41
- 便秘の詳しい予防対策について 43
- 付録 服薬確認表 45

2^Q

痛みを伝える時には、どのように話したらよいのでしょうか？特別な言い方や表し方がありませんか？

A

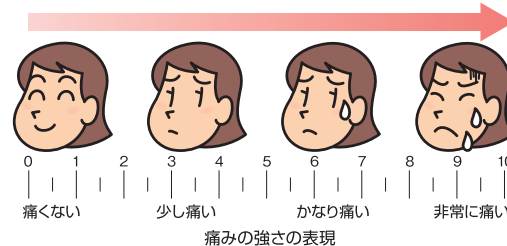
感じていらつしゃるとおりに、伝えていただければよいのです。痛みを伝えるときの方法は、言葉で表す方法と数字で表す方法が考えられています。

言葉で表す方法

- 痛くない
- 少し痛い（なんとか、我慢できる痛み）
- かなり痛い（できれば、痛みをもっととめたい）
- 非常に痛い（我慢できないほどの痛み）

数字で表す方法

「痛くないときを0」とし、「今までに一番痛かったときを10」として、現在の自分の痛みの程度を数字で表していただくと、私たち医師や看護師、薬剤師がよく分かると思います。下の図の数字を参考にして書いてみてください。例えば、8点の痛みとか、8cmの痛みとかのように表していただくと分かりやすいのです。



ここがポイント

痛みの性質も痛みの治療において役に立ちますので、例えば、ピリピリした痛み、ズキンズキンした痛み、電気が走るような痛み、鈍い痛みなど、ご自分が感じるとおりに表してください。

また、痛みの場所や種類が1つではなくて、いくつもある場合は、例えば「おなかの痛みは鈍い感じで、5cmくらいです。太ももの痛みはピリピリした感じで、3cmくらいですが、歩くと痛みは強くなって、6cmに増えます」というように具体的に伝えてくだると、あなたの痛みの治療効果を十分にあげるのに大変役立ちます。

の量を表しています。横軸は時間の経過を表し、薬をのんだ時間を↓印で示しました。時間ごとに薬をのんだ場合（図1）と、痛くなってから薬をのんだ場合（図2）の違いを示しています。

決められた時間ごとに薬をのむことが大切なのは、他にも「痛み止めの薬」だけではなくありません。例えば、高血圧の患者さんは血圧が上がるのを待ってから、「血圧を下げる薬」をのむようなことはしてはいけません。糖尿病の患者さんも血糖が上がってから、薬をのむようなことはしてはいけません。血圧や血糖が高くなるのを防ぐために、毎日定期的に薬をのんでいるので、健康な人々と同じような生活を送ることができているのです。それらと同じように、「痛み止めの薬」も担当医が決めた時間（薬の袋に書いてあります）を守って使ってください。担当医に説明されたとおりにのことによって痛み止めの効き目がずっと続くのです。痛くなってから使ったり、またのんだり、のまなかったりするのはいけません。



ここがポイント

とにかく、痛みを我慢しないことが大切です。どのような時に痛いのか、どのような痛みなのか、からだのどの部分が痛いのかなどを話してください。痛みやからだの具合を紙に書きとめておくとういと思います。来院なさるときにその紙を持っていらつしゃると担当医に正確に伝えることができます。

「痛み止めの薬」を使った後に、痛みが軽くなったかどうか、またからだの具合などを含めて、服薬確認表（8頁参照）にお書きいただき、担当医に伝えるようにしてください。また、薬の使い方などを問い合わせたい場合にも、書きとめた用紙があれば、忘れずに担当医や看護師、薬剤師に尋ねることができます。

4^Q

「痛み止めの薬」の量はどのようにして決めるのでしょうか？

A

痛みが軽くなった状態になるまで少しずつ量を増やしていきます。例えば、1日に2回、1回1錠を数日間のんでいても、痛みがとれない場合は、1回の量を2錠に増やします。また、痛みが激しい場合には、最初に「痛み止めの薬」の注射を行ない、その効き方をみてから、2〜3日をかけ、必要な量を決めていくこともあります。



5^Q

「痛み止めの薬」を使ってから、夜はぐっすりと眠ることができるようになりましたが、昼間の痛みがとれないので、困っていますか？

A

「痛み止めの薬」を使い始めて、すぐにはからだを動かしても、痛くない状態をつくり出すことは難しいことがあります。ですから、痛みの治療の目標を次のように考えてください。

痛みの治療の目標

第1目標



夜間ぐっすり眠ることができるようになる（痛くて目が覚めることがない状態）

第2目標



静かにしていれば、痛くないようになる（テレビを見ていて笑ったりできるし、クシャミや咳をしたとき、たいして痛くない状態）

3^Q

「痛み止めの薬」といわれたのですが、1〜2回のめば、すぐに痛みがなくなりますか？

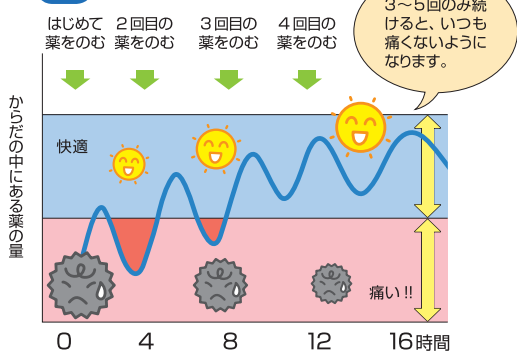
A

「痛み止めの薬」をのんで、すぐに痛みがとまる場合もありますが、薬がからだになじむまでに、2〜3日かかることもあります。薬を繰り返してのんだときに、からだの中の薬の量がどのように変わるかを図3で見てください。普通ですと、「痛み止めの薬」を3〜5回のむと、からだの中の薬の量はいつも痛くないところになります。（速放剤）

「痛み止めの薬」を最初にのんだときは、からだの中にある薬の量は痛みをとめるためには不十分です。2回目、3回目とのみ続けていくうちに、「いつも痛みを感じない」状態が続くことになります。

説明したり、理解していただくことは少し難しいことですが、どんな薬でも担当医が決めたように定期的に3〜5回のむと、最高血中濃度は一定になり、それ以上からだの中の薬の量が多くなることはありません。最近では一日に一回ないしは二回服用することで血中濃度が安定する徐放剤が中心となっています。

図3



「痛み止めの薬」を繰り返してのんだ場合
（からだの中にある薬の量は上にいくほど多くなります）

ここがポイント

痛みをとめるのに必要な薬の量を決めるためには、少し時間がかかることがありますので、担当医や看護師、薬剤師とよく相談してください。

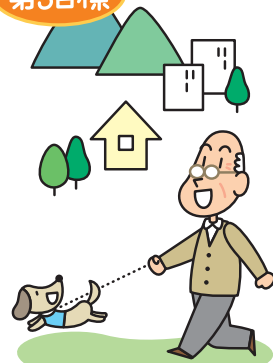
ただ、必ずしもこの順番で使うのではなく、耐えられないような強い痛みには、最初から痛みをとめる作用が強い「モルヒネなどの痛み止め」を使います。また、「モルヒネなどの痛み止め」を使うときでも、アスピリンなどの消炎鎮痛薬と一緒に使つと、効果的に作用します。



ここがポイント

「痛み止めの薬」の種類はたくさんありますし、痛みをとめる方法もいろいろあります。我慢しないで、担当医と相談していただければ、痛みをとめるのに一番合った薬を早く見つけることができます。

第3目標



歩いたり、からだを動かしたりしても、痛くない（痛みがなく、普通の社会生活ができる状態）

あなたの場合、「痛み止めの薬」を使い始めたその日からよく眠ることができるようになったのですから、同じように薬を使い続けていけば、4～5日すると、昼間の痛みも必ず軽くなると思つてよいでしょう。

今使っている「痛み止めの薬」が、あまり効かなくなってきたのですが、どうすればよいのでしょうか？

A 今使っている薬の量を増やすか、より強い「痛み止めの薬」に変えると、痛みがなくなるでしょう。痛みが強いときに、効き目の弱い薬を使つても、痛みはなくなりません。「痛み止めの薬」はいろいろな種類があり、強い痛みには効き目の強い薬を使えば、痛みはなくなります。

8 Q

どの薬も同じような作用で痛みをとめるのですか？

A 第一段階のアスピリンに代表される消炎鎮痛薬は、主として痛んでいる場所に直接作用し、痛みを取り除きます。痛みをとめる作用がアスピリンより強いコデインや「モルヒネなどの痛み止め」は痛みを伝える神経や痛みを感じる中枢、つまり脳や脊髄の痛みの中枢に作用して、痛みを少なくしたり、なくしたりするのです。

9 Q

A 「モルヒネなどの痛み止め」が脳や脊髄の痛みの中枢に作用して痛みを和らげると聞きましたが、痛み止めとして「モルヒネなどの痛み止め」を使つと、すべての感覚がなくなつてしまつてはありませんか？

A そのような心配は全くありません。「モルヒネなどの痛み止め」を使つて痛みを取り除いても、からだをつねれば、いつものように痛みを感じます。熱さ、冷たさ、味覚などの他の感覚も全く変わりありません。



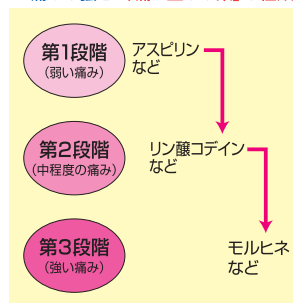
7 Q

痛み止めにもいろいろの薬があるのですか？

A 「痛み止めの薬」は作用の強さによって、三段階に分けられます（左の図をご覧ください）。第一段階の弱い「痛み止めの薬」は歯の痛みや頭痛などによく使われているアスピリンに代表される消炎鎮痛薬です。消炎鎮痛薬を定期的に使つても、なお痛みが残つたり、強くなった場合は、第二段階としてトラマドールや咳止めにも使つコデインなどを使います。

A コデインをのんでも、痛みがなくなるらない場合には第三段階として効き目が一番強い「モルヒネなどの痛み止め（モルヒネ、オキシコドン、フェンタニル）これらを総称してオピオイド鎮痛薬といえます。」を使います。

痛みの強さ 「痛み止めの薬」の種類



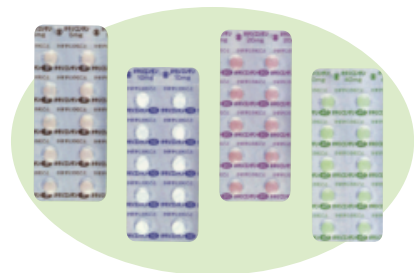
痛みの強さによって「痛み止めの薬」を選びます

11 Q オキシコドン®はどのように使うのですか？

A 塩酸オキシコドンという医療用麻薬を成分としたオキシコドン[®]錠があります。オキシコドン[®]錠は1日2回、12時間ごとに時間を決めてのみます。オキシコドン[®]錠はからだに入ってから腸の中で徐々に溶ける徐放剤です。かみ砕いたり、つぶしたりしてのむと薬が急激に吸収され、思わぬ副作用が出る**ことがあります。危険ですので絶対におやめください。**

徐放剤のオキシコドン[®]錠を使用中に突然の強い痛みが現れた場合にはすぐに効果の現れる同一成分の速放剤であるオキノーム[®]散を追加して使います。

なお、大便中に錠剤の「抜け殻」がでることがありますが、薬の成分はすでに吸収されているので心配いりません。あわてて新しい薬を追加してのまないようにしましょう。



12 Q フェンタニルの貼り薬はどのように使うのですか？

A フェンタニルという医療用麻薬を成分とした貼り薬には、デュロテップ[®]MTパッチ、ワンデュロテップ[®]、フェントス[®]テープがあります。フェンタニルが皮膚からゆっくり吸収され、痛い場所に直接貼らなくても痛みを取り除くことができます。デュロテップ[®]MTパッチは3日ごとに、ワンデュロテップ[®]、フェントス[®]テープは1日ごとに時間を決めて貼り替えます。

なおこれらの貼り薬の使用中的突然の強い痛みには、すぐに効く（速放性の）モルヒネの水薬や錠剤、オキシコドンの散薬などを追加して使います。

詳しくは別冊をご覧ください。



13 Q モルヒネはいつ頃から病気の治療に使われているのですか？

A 明治時代の俳人・歌人、正岡子規も脊椎カリエスという病気で、からだ中に強い痛みがあり苦しんでいま

10 Q モルヒネはどのように使うのですか？

A ロからのむモルヒネには粉薬、細粒、水薬、錠剤、カプセルなど多くの薬のタイプがあります。粉薬、オプソ[®]内服液のような水薬、一部の錠剤は早く効きますが、効いている時間が短いので4時間ごとにのむのが原則です。このように早く効きますが、効いている時間が短い薬を速放剤といいます。

モルヒネの薬の中にはゆっくり長く効くタイプのもの（徐放剤）もあります。硫酸モルヒネ徐放剤であるMSコンチン[®]錠やMSツワイスロン[®]カプセルは12時間ごとに、カデアン[®]カプセル、バシーフ[®]カプセル、ピーガード[®]錠は24時間ごとにのが原則です。これらの徐放剤はかみ砕いたり、つぶしたりしてのむと薬が急激に吸収され、思わぬ副作用が出る**ことがあります。危険ですので絶対におやめください。**もしも、MSコンチン[®]錠やMSツワイスロン[®]カプセルがのみにくいときには同じように12時間ごとにのむ薬としてモルベス[®]細粒がありますので担当医にご相談ください。徐放性のモルヒネはからだに入ってから腸の中で徐々に溶けるので効果が長く続きます。またおしり（肛門）から入れる薬として塩酸モルヒネ

坐剤（アンベック[®]坐剤）があります。アンベック[®]坐剤は8時間ごとにおしりから入れるのが原則です。最近はこの薬の特徴を活かして2種類の薬を使用することもあります。例えば、MSコンチン[®]錠などの徐放剤を使っているときに突然の痛みが現れた場合は、すぐに効くモルヒネの水薬や粉薬を使います。その他の方法での使い方については38頁のQ&A 46をお読みください。



* MSコンチン[®]錠やアンベック[®]坐剤などについている[®]は商品名のときに使用するマークです。

A

14^Q

モルヒネと聞けば、麻薬中毒を思い浮かべますが、「使用法を守れば、大丈夫」とは、具体的にどんなことでしょうか。

モルヒネは痛みをとめる効果が最も強い薬です。あなたの痛みの治療のために**担当医に指示された量と時間を守って、使っていただければ、麻薬中毒にはなりません。**

した。その痛みの治療のために、子規は1年6ヶ月以上にわたってモルヒネをのんでいた。モルヒネをのんで痛みを軽くしながら、俳句や和歌を詠んだり、文章を書いたりしていたのです。このように、モルヒネは使用法を守れば、ふつうに生活できる安全な薬です。モルヒネは19世紀よりもずっと昔から使われていた薬なのです。

また、現在でも多くの患者さんが、大きな手術の後の痛みや心臓発作のときの痛みにもルヒネを必要としているのです。今では、モルヒネを上手に使うようになったので、手術を受けた患者さんは、手術をしたための痛みをほとんど感じないですむようになりました。

一気飲みに似た状態でした（20頁図4）。痛くなつてからモルヒネを注射することを繰り返す方法ですと、からだの中のモルヒネの量が痛みをとめるために必要な量よりはるかに多くなります。このようにに必要な量のモルヒネが薬への依存をおこし、麻薬中毒になってしまうのです。

現在の使い方は、いつも痛みのない状態を続けていくことを目標に、薬の効き目が切れて次の痛みが起こってくる前に薬を使う方法です。つまり定期的な使用をポイントとしています。時間ごとにのむので、モルヒネの血中濃度が安定し不必要に多くならないのです。

麻薬（コカイン、ヘロインなど）の乱用が社会的な問題になっていますが、乱用というのは健康な人が痛みがないのに、多めの薬を用いることです。この場合はからだに悪い影響を与えます。

痛みが強い患者さんにモルヒネを使うときには、その患者さんの痛みをとり除くのに必要な量とのみ方を担当医が決めて説明しています。担当医が説明したとおりなのに、モルヒネを「痛み止めの薬」として長期間にわたって安全に使えるのです。

事実を示しましょう。日本で痛みをとるために使った、モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルの使用量は、

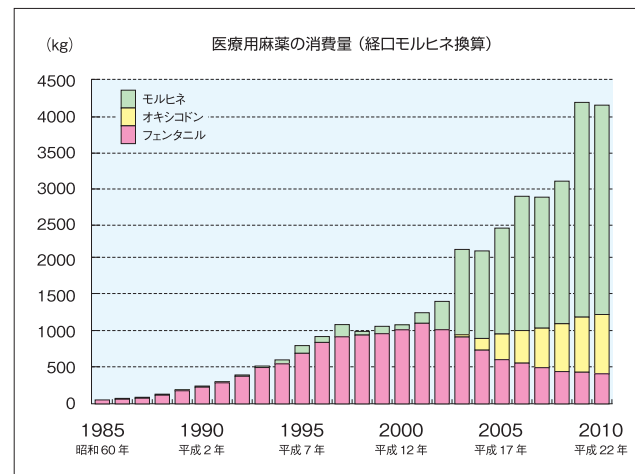
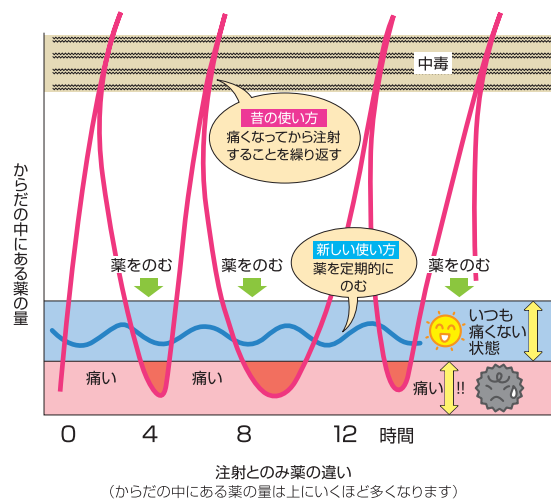
A

15^Q

なぜ担当医が決めたとおりにモルヒネを使うと、麻薬中毒にならないのですか？昔と比べて、なにが進歩したのですか？

昔は、痛くて我慢できなくなつてから、大量のモルヒネを一気に注射していましたので、ちょうどお酒の

図4



昭和60年55kg、平成2年247kg、平成7年807kg、平成12年1096kg、平成17年2436kg、平成22年4140kgと年々増加していますが、麻薬の中毒者患者数は増加していません。

17^Q

モルヒネはどのくらいの間、痛み止めとして効きますか？

A

早く効くタイプとしては塩酸モルヒネの水薬（オプソ[®] 内服液と薬局で調製した水薬があります）や粉薬、一部の錠剤があります。これは10分ほどで効き始め、効き目が4時間ぐらいい続きます。

長く効くタイプとしてはMSコンチン[®] 錠やMSツワイスロン[®] カプセル、モルベス[®] 細粒があります。これは効き始めるまでに1.5〜2時間ぐらいいかりますが、効き目が8〜12時間続きます。常に痛みのない状態を保てるように12時間ごと（人によっては8時間ごと）に時間を決めて薬をのみます。また1日1回のむことで効果が24時間続くカディアン[®] カプセル、パシーフ[®] カプセル、ピーガード[®] 錠、などもあります。

これらはからだの中でゆっくり溶け出し、効果が長く続くことから徐放剤と呼ばれます。

おしりから入れるアンベック[®] 坐剤は効き始めるまでに30分ほどかかり、効き目が8〜12時間続きます。このため普通は8時間ごと（人によっては12時間ごと）に使用します。

18^Q

オキシコドンはどのくらいの間、痛み止めとして効きますか？

A

早く効くタイプとしてはオキシコドン塩酸塩のオキノーム[®] 散があります。これは10分程度で効き始め、効き目が4〜6時間ぐらいい続きます。長く効くタイプとしてオキシコンチン[®] 錠があります。効き始めるまでに1時間ほどかかりますが、効き目は12時間続きます。常に痛みのない状態を保てるように12時間ごとに時間を決めて薬をのみます。

19^Q

フェンタニルの貼り薬（デュロテップ[®] MTパッチ等）はどのくらいの間、痛み止めとして効きますか？

A

皮ふに貼って使用するフェンタニルの貼り薬（デュロテップ[®] MTパッチ等）は効いている時間ががとて長く3日間（72時間）ごとに貼り替えて使う徐放剤です。また、1日間（24時間）ごとに貼り替える、フェントス[®] テープ、ワンデュロ[®] パッチなどもあります。これらの薬は効果が現れるまでに12時間程度必要ですから、決まった時間に貼り替えることが大切です。

16^Q

「モルヒネなどの痛み止め」はどれくらいの間効きますか？

A

薬が効いている時間は薬の成分や薬の形（のみ薬、坐剤、貼り薬など）によっても異なりますが、大きく分けて早く効きますが効き目が短いタイプ（速放剤）と効いてくるまでに時間はかかりますが効き目が長く続くタイプ（徐放剤）があります。これらを痛みの状況に応じて使います。

どちらを使うにしても痛み止めの効き目が切れる前に、定期的に次回分の薬を使うようにして、痛みのない状態が続くようにします。それでもおきてしまった突然の痛みには早く効くタイプの薬を追加して痛みをすぐにとります。

モルヒネについてはQ&A17、オキシコドンについてはQ&A18、フェンタニルについてはQ&A19にまとめましたので、そちらもご覧ください。また薬が効いている時間をまとめた表が下にあります。

くすりの成分	くすりの形	くすりの名前	効き始めるまでの時間	効き目が続く時間
モルヒネ	粉薬	モルヒネ粉薬	10分	約4時間
	水薬	オプソ [®] 内服液、薬局で調製した水薬	10分	約4時間
	錠剤	MS コンチン [®] 錠	1. 5〜2時間	8〜12時間
	カプセル剤	MS ツワイスロン [®] カプセル	1. 5〜2時間	8〜12時間
	細粒	モルベス [®] 細粒	1. 5〜2時間	8〜12時間
	顆粒	カディアン [®] スティック	1〜2時間	24時間
	カプセル	カディアン [®] カプセル	1〜2時間	24時間
	錠剤	ピーガード [®] 錠	1〜2時間	24時間
	坐剤	アンベック [®] 坐剤	約30分	8〜12時間
オキシコドン	注射剤	モルヒネ注射剤	30分以内	約4時間（単回）
	錠剤	オキシコンチン [®] 錠	1時間以内	12時間
フェンタニル	細粒	オキノーム [®] 散	約30分	約4〜6時間
	貼り薬	デュロテップ [®] MTパッチ	12〜48時間	72時間
		ワンデュロ [®] パッチ	約12時間	24時間
		フェントス [®] テープ	約12時間	24時間
	注射剤	フェンタニル注射剤	約30分	約4時間（単回）

※表中の時間はおよその目安です

22

MSコンチン[®]錠と一緒に出された便秘を予防するための下剤をのんでいたら、下痢気味になりました。新しくもらったMSコンチン[®]錠は12時間ごとにどのように言われましたが、下痢を止める場合でも12時間ごとでよいのでしょうか？

A

1日に4〜5回も下痢をしているときは、MSコンチン[®]錠の痛み止めの作用が12時間続かないこともありますので、担当医に連絡してください。脱水状態にならないように、温かい飲物をのんだり、消化の良いものを食べてください。



23

一般的に薬は胃を荒らすと言われていますが、モルヒネやオキシコドンはおなかをすいているときにのんでもよいのでしょうか？

A

モルヒネやオキシコドンは胃から吸収されず、腸にいつてから吸収されますので、胃を荒らすことはありません。おなかをすいているときにのんでも、胃を悪くするようなことはありません。

しかし、便秘になると、食欲がなくなってきたり、胃がもたれたりしてきますので、胃を悪くしたように感じることもあります。ですから、モルヒネやオキシコドンを使う場合には、モルヒネやオキシコドンを使い始める前と同じようなお通じがあるように、下剤も一緒にのんでください。



20

「モルヒネなどの痛み止め」は強い「痛み止めの薬」ですから、副作用の種類が多かったり、副作用が強いのではないのでしょうか？

A

強い痛み止めのモルヒネ、オキシコドン、フェンタニルでも、担当医が決めた量と薬を使う時間を守って正しく使う限り、副作用が多くなることはありません。副作用の内容と対策は29・30頁Q&A31・32をお読みください。



貼り替える日が分かるよう、カレンダーなどに印をつけておきましょう。3日間(72時間)ごとに貼り替えます。
例) 月曜日に貼ったら木曜日に貼り替えます。その次は日曜日です。

21

MSコンチン[®]錠を8時間ごとに(1日3回)のむようにいわれましたが、毎食後にのむ方がみえられないと思いますか？

A

最初に「痛み止めの薬」を使い始める時間をご自分で決めていただいていたのですが、その後は8時間ごとのんでください。時間ごとのむと、痛みを和らげるのに必要な量の薬がいつもからだの中にあるので、痛みのない状態が続きます(11頁図1参照)。

毎食後にのむようにすると、夕食後から翌日の朝食後までの間隔が長くなるため、夜明け頃に痛みが出てきます。薬をのんだら、すぐに服薬確認表(8頁参照)に書きとめるようにすれば、薬のの忘れをチェックできると思います。の忘れに気がついた場合には、すぐに1回分の薬をのんでください。分からないことがありましたら、担当医または薬剤部(病院の薬局)に連絡してお尋ねください。

上手に痛みをとり除くために、薬をのんだ時間と量、痛みの程度、からだの具合、行動範囲などを服薬確認表に書きとめて次に病院にいらっしやうたときに担当医に渡してください。



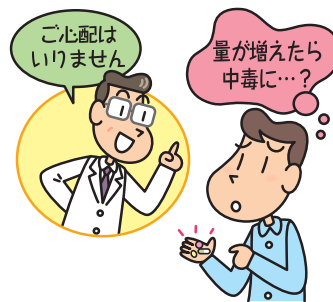
27

「モルヒネなどの痛み止め」を使い始めると、使っているうちに量が増え、中毒のようになってきた使い続けていると、癖になったり、効かなくなることはありませんか？

A

担当医に指示された量と時間を守って「モルヒネなどの痛み止め」を使っていれば、痛みのある患者さんが「モルヒネなどの痛み止め」を使っても、心配するようなことは全くありません。

もっと強い痛みが出たときでも、効かなくなることはありません。痛みが強くなると、痛みに合わせて「モルヒネなどの痛み止め」の量を増えるので、癖になったような気持ちになるかもしれませんが、痛みが強くなったので、痛みをとめるための「モルヒネなどの痛み止め」の量が多くなっただけなのです。



28

痛いと言っていたら、「モルヒネなどの痛み止め」の量がだんだん増えてきましたが、どこまで量を増やせるのですか？

A

痛みはその時々で変化しますので、「モルヒネなどの痛み止め」の必要量も変化します。例えばMSコンチン® 2錠で痛みがとれる時もあれば、10錠のんでも痛みが十分にとれず、15錠にしたら痛みがなくなるといったこともあります。それ程、大きな変化はめったに起こりませんが、「モルヒネなどの痛み止め」の副作用がない限り、痛みがなくなるまで量を増やしても、心配ありません。



今までに一番多くモルヒネをのんでいた方の1日量は粉薬で5000mgを越えています。MSコンチン® 30mg錠に換算すると、160錠以上にもなります。また、アンベック® 20mg坐剤なら、250個にもなります。大事なことはその時の痛みをとるために必要な量を服用することです。

24

かぜをひいたので、近くの病院にいったら、かぜ薬をもらってきました。「モルヒネなどの痛み止め」と一緒にかぜ薬、あるいは他の薬をのんでもよいのでしょうか？

A

同時に出された他の薬と一緒にのんでも、また「モルヒネなどの痛み止め」をかぜ薬や他の薬と一緒にのんでもかまいません。

また、モルヒネやオキシコドンをお茶やコーヒーあるいは牛乳と一緒にのんでもかまいませんから、好みの飲物で飲んでください。



25

「モルヒネなどの痛み止め」を使っているのに、痛みは全くありません。少しお酒を飲んでみたいのですが、よろしいでしょうか？

A

お酒を飲んでもかまいませんが、「モルヒネなどの痛み止め」を使っていますと、お酒のまわりが早くなったように感じる場合があります。お酒をお飲みになる場合には時間をかけて少しずつ飲み、お酒の量も控えめにしたほうがよいでしょう。



26

「モルヒネなどの痛み止め」を使っていて、車を運転しても大丈夫でしょうか？また、夫婦生活はどうでしょうか？

A

「モルヒネなどの痛み止め」を使うと、眠くなることがありますので、車の運転は控えて下さい。夫婦生活に関しては何も制限はありません。

31

痛みがなくなっていくのは大変うれしいのですが、薬には副作用がありますよね。モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使うと、どんな副作用が出ますか？

A

モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使い始めた最初のころに吐き気と嘔吐を訴える方がいらつしやいますが、「吐き気止めの薬」を一緒にのむと、吐き気はなくなります。「吐き気止めの薬」が必要なのは初めの2〜3週間の間だけです。その後は「吐き気止めの薬」をのまなくても、吐き気はなくなります。

モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使うと、痛みはとれてくるが、眠くて仕方がない



と感じる方も確かにいらつしやいます。その原因としては、痛くて眠れなかった日が続いていたことが多いようです。4〜5日続けてモルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使っているうちに痛みがなくなり、嘔吐も消えていく場合が多くみられます。

モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルには痛みを抑える以外にもいろいろな作用があり、病気の治療に利用されています。モルヒネですと痛みを抑える作用以外にも咳を軽くする作用や腸の動きを抑える作用（下痢をとめる作用）があります。例えば痔の手術後の少しの間お通じをとめるために、昔からモルヒネを使ってきました。痛みをとめるためにモルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使ったときは、副作用として便秘が出てくることが多いわけです。

モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを長い間使っている間、**痛みをとめる作用がなくなると同じように、モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使っている間は腸の動きを抑える作用がずっと続きます。**

モルヒネ、オキシコドン、フェンタニルを使っている間、**下剤（お通じをよくする薬で、錠剤、水薬、粉薬、坐剤などがあります）と一緒に使えば、便秘にならないようにできます。**モルヒネ、オキシコドン、フェン

29

「モルヒネなどの痛み止め」を使い続けると、からだが強ったり、いのちを縮めたりすることはありますか？

A

痛みが続くと、からだも心も疲れきつてしまいます。痛みを我慢している方よりも「モルヒネなどの痛み止め」を使っている方が、元気に生活していることができるのです。痛みがなければ、よく眠ることができるようにもなり、したがって体力も回復しますから、生き生きしてくるのです。いのちを縮めるようなことは決してありません。



30

「モルヒネなどの痛み止め」は強い「痛み止めの薬」と言われましたが、「モルヒネなどの痛み止め」でも痛みがとれなくなったら困るので、痛みを我慢していただきたいのですが？

A

今使っている量の「モルヒネなどの痛み止め」が効かなくなったときには少し量を増やすと、また痛みがなくなります。なので、痛みを我慢する必要はありません。痛みの原因によっては「モルヒネなどの痛み止め」が効きにくい痛みがあるのも事実ですが、**痛みをとめる方法はたくさんありますので、さんありますので、担当医とよく相談してみてください。**



33^Q

長期間「モルヒネなどの痛み止め」を使っていると、**肝臓、腎臓や脳に新たな副作用が出てくる**という可能性がありますか？

そのようなことは全くありません。長期間の使用でも、新たな副作用が出てくることはありませんので、心配いりません。最近では「モルヒネなどの痛み止め」を使いながら、長期間にわたって痛みのない生活を送っていらっしゃる方が非常に多くなっています。

例えば、交通事故や戦争または腫瘍の手術で手足をなくした方が、その失った手足（実際には存在しない）が痛む話を聞いたことがあるでしょう。そのような痛みは、あたかも失った手足があるように感じ、痛むので、幻肢痛と呼ばれるています。幻肢痛に悩まされて、勤めに出ることができない方々が、モルヒネと同じような薬



A

34^Q

を定期的にのみ続けた結果、長期間にわたり、痛みがなく、社会生活を楽しむことができるようになります。また副作用は全くなかったとの報告が医学論文にありました。

失った手足があたかもあるように痛むということは、理解に苦しむことでしょう。このように、痛みの原因をはっきりさせることが難しいこともあります。痛みの原因が分からなくても、安全に痛みを取り除くことができるようになりました。お分かりにならないことがありましたら、ぜひ担当医にお尋ねください。

「モルヒネなどの痛み止め」を使うようになる、いいよダメかと思っていました、仕事もできるのですか？

会社の勤務も、自営の仕事も可能ですが、担当医と具体的に相談してください。36頁Q&A42に書いてありますように、「モルヒネなどの痛み止め」を使いながら、海外旅行もできるのです。

実際に、「モルヒネなどの痛み止め」を使いながら、1時間以上の通勤時間をかけ、会社に勤務し、また仕事で外国へ何回も出張されている方もいらっしゃいます。

A

タニルと一緒に下剤も使用してください。今までと同じようにお通じがあることが大切です。担当医や看護師、薬剤師と相談しながら、ご自分で下剤の適切な（自分にあつた）量を探しましょう。便秘の詳しい対策については43・44頁をお読みください。

モルヒネからオキシコドンやフェンタニルに切り換えることにより、吐き気が楽になったり、下剤の量が減ったりする方もいらっしゃいます。担当医や看護師、薬剤師と相談してご自分にあつた「痛み止めの薬」を探しましょう。

大切なことは自分のからだの具合をどんなことでも担当医に伝えることです。服薬確認表（8頁参照）に書きとめたものを担当医や看護師、薬剤師にお見せください。

32^Q

その他にも副作用がありませんか？「モルヒネなどの痛み止め」で幻覚がでることがあると聞いていますが、大丈夫でしょうか？

「モルヒネなどの痛み止め」を使った場合に幻覚が現れることがありますが、痛みを取り除くのにふさわしい量の「モルヒネなどの痛み止め」を使えば、



幻覚はめつたに現れません。

幻覚は「モルヒネなどの痛み止め」だけによるものではなく、病状の変化や痛み、便秘、臥床（ベッドで休んでいること）、高熱などのからだの苦しみ、およびそれらによる心の苦しみ、不安や暗い気分などの心理的要因でも現れます。もし、幻覚が現れた場合には、担当医に連絡してください。

その他、めずらしい副作用ですが、口渇（のどがかわくこと）、めまい、かゆみなどが出る方もまれにはいらっしゃいますので、疑問がありましたら、遠慮なさらずに担当医に相談してください。

36

「モルヒネなどの痛み止め」を長期間にわたって使っても、痛みの原因がなくなったときには「モルヒネなどの痛み止め」をやめることができますか？

A

急にやめるのではなく、少しずつ量を減らしていくやり方で、「モルヒネなどの痛み止め」を約3週間で安全にやめることができます。実際に、手術、放射線治療、化学療法などが奏効して、痛みの原因がなくなった患者さんのなかにはモルヒネの必要がなくなり、やめた方がいらつしやいますが、副作用も後遺症も全く出ていません。

例えば、がんは痛みが出るために見つかれることもあります。手術でがんを取り除いてしまえば、痛みがなくなる訳ですが、手術を安全かつ正確に行なつたためには、いろいろと検査をする必要があります。手術前の期間に痛みを我慢する必要はありません。「モルヒネなどの痛み止め」で痛みをとめて、手術後に少しずつ量を減らしていく方法で、安全にやめることができます。



37

自分の判断で「モルヒネなどの痛み止め」を急にやめてもよいのでしょうか？

A

いろいろな病気に広く、一般的に使われている「ステロイドホルモン」や「血圧を下げる薬」なども急に使うのをやめれば、生命に危険な症状が出てきます。「モルヒネなどの痛み止め」を急に使うのをやめれば、汗をかいたり、下痢がとまらないなどの退薬症状（昔は禁断症状といっていました）が現れます。しかし、痛みがおさまってきたから、担当医と相談しながら、少しずつ「モルヒネなどの痛み止め」の量を減らしていけば、薬を減らしたことによる症状がでることはほとんどありません。必ず、担当医と相談してください。



33

35

「痛み止めの薬」は病気を治しているのではないから、「モルヒネなどの痛み止め」を使って常に痛みがない状態にしてしまうと、化学療法や放射線治療がどのくらい効いたのかが分からなくなってしまうことはいけませんか？



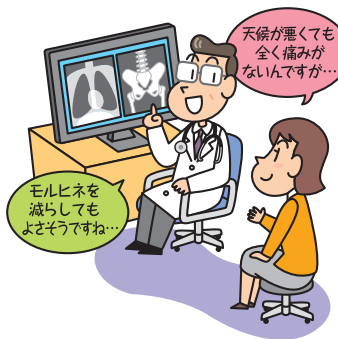
A

痛みがあると、眠ることができない日が続いて、食欲がなくなり、からだ全体が弱ってしまいます。痛みの原因を取り除くための放射線治療を受けるにしても、痛みがあるために治療に必要な体位（最も良い姿勢）がとれないこともあります。

また、手術前の患者さんが痛みのためにベッドに寝てばかりいると、手足の筋肉の力が弱くなってしまう。手術後の回復も悪くなります。

痛みを我慢していても、患者さんにとって得になることは何もありません。痛みがなくなれば、よく眠ることができるし、よく食べることができるようになります。よくしゃべることができるし、楽しい毎日になることで、治療や検査に痛みがないことが分かります。お子さんでも進んで、検査や治療を受けてくれることから、痛みがないということがどんなに大切なことであるかを分かっていただけだと思います。

「モルヒネなどの痛み止め」を続けて使っていても、痛みの原因となった病気の経過の判定に困ることはありません。担当医は痛みを指標としなくても、治療の効果の判定には困りません。大切なことは、**患者さんが痛みやかからの調子（体調）など、どんなことも、遠慮なさらずに正確に担当医に伝えてくださることです。**



32

39^Q 冷蔵庫に入れておいた水薬（モルヒネ）を子供が間違っ
てのんでしまったのですが、どうすればよいの
でしょうか？

A 救急車でもけつこうですので、できるだけ早く、近く
の医療機関を受診してください。その時にのんだ薬の内
容が分かるものを持参してください。お子さまがのんで
しまった薬の量や時間などを、できるだけ詳しく説明し
てください。また、このようなことが起こらないように、
薬の保管場所には普段から、十分注意してください。
分からないことがありましたら遠慮なく担当医また
は薬剤部へご連絡ください。



40^Q しつぷ薬と間違えてフェンタニルの貼り薬（デユロ
テップ[®]MTパッチ等）をほかの人が使ってしまった
のですが、どうすればよいのでしょうか？

A 間違えて貼ったフェンタニルの貼り薬をすぐにはが
して、できるだけ早く、近くの医療機関を受診して
ください。その時に、はがしたフェンタニルの貼り薬を
お持ちになり、何時に貼り、何時にはがしたかを説明
してください。ま
た、担当医または
薬剤部へもご連絡
ください。



り薬をしつぷ薬の代りに使うことも絶対におやめくだ
さい。

38^Q 外来でもらったモルヒネやオキシドーン、フェンタ
ニルをほかの人の歯痛や腹痛に使ってもよいでしょ
うか。また、フェンタニルの貼り薬（デユロテップ[®]MT
パッチ等）はしつぷ薬の代りに使えますか？

A 外来通院中で、「モルヒネなどの痛み止め」を
使っている患者さんが、かぜをひいたりして、予約
した日に病院にいらっしゃることができなくなっ
た場合には、電話で担当医と相談してください。



A 病院でお渡ししている薬は、その患者さんのからだ
の具合や痛みの強さに合わせて、担当医が薬の種類や
量を決めています。ご家族の歯痛や腹痛に使つことは、
歯痛や腹痛が治らないばかりか、危険なことにもつな
がりますので、絶対にご家族の痛みには使わないでく
ださい。このような使い方は法律で禁止されているこ
とも知っておいてください。また、フェンタニルの貼



ための窓口は、携帯許可をもらう方の住所を管轄する
地方厚生（支）局麻薬取締部です。医師の診断書（病名、
薬の名前と量などが明記されています）を添えて申請
します。申請書には、旅行先の国名、旅行期間などを
書く必要があります。申請する人は本人ではなくても、

麻薬携帯輸入（輸出）許可申請書提出先（管轄する都道府県名）

- 北海道厚生局麻薬取締部（北海道）
〒060-0808 札幌市北区北八条西2-1-1 札幌第1合同庁舎
TEL 011-726-3131 / FAX 011-709-8063
- 東北厚生局麻薬取締部（青森、岩手、宮城、秋田、山形、福島）
〒980-0014 仙台市青葉区本町3-2-23 仙台第2合同庁舎
TEL 022-221-3701 / FAX 022-221-3713
- 関東信越厚生局麻薬取締部（茨城、栃木、群馬、埼玉、千葉、東京、神奈川、山梨、長野、新潟）
〒102-8309 東京都千代田区九段南1-2-1 九段第3合同庁舎
TEL 03-3512-8691 / FAX 03-3512-8689
- 東海北陸厚生局麻薬取締部（静岡、愛知、三重、岐阜、富山、石川）
〒460-0001 名古屋市中区三の丸2-5-1 名古屋合同庁舎2号館
TEL 052-951-6911 / FAX 052-951-6876
- 近畿厚生局麻薬取締部（福井、滋賀、京都、大阪、兵庫、奈良、和歌山）
〒540-0008 大阪府中央区大手前4-1-76 大阪合同庁舎第4号館
TEL 06-6949-6336 / FAX 06-6949-6339
- 中国四国厚生局麻薬取締部（鳥取、島根、岡山、広島、山口）
〒730-0012 広島市中区上八丁堀6-30 広島合同庁舎4号館
TEL 082-227-9011 / FAX 082-227-9174
- 四国厚生支局麻薬取締部（徳島、香川、愛媛、高知）
〒760-0019 高松市サンポート3-33 サンポート合同庁舎
TEL 087-811-8910 / FAX 087-823-8810
- 九州厚生局麻薬取締部（福岡、佐賀、長崎、熊本、大分、宮崎、鹿児島、沖縄）
〒812-0013 福岡市博多区博多駅東2-10-7 福岡第2合同庁舎
TEL 092-472-2331 / FAX 092-451-4539

43 Q MS「ムンチン」錠をのみ込むことがつらくなった時は、
どうすればよいのでしょうか。

A モルヒネにはMSコンチン[®]錠だけではなく、おし
りから入れる坐剤やのみやすい水薬、粒の細かい粉薬
などがありますので、錠剤がのめない場合にもこれら
の薬に切り換えることで痛みのない状態を続けること
ができます。また、皮ふに貼るフェンタニルの貼り薬
（デュロテップ[®]MTパッチ等）もありますので、口か
ら薬をのめなくなった場合でも貼り薬により痛みをと
めることができます。

早めに担当医と相談していただければ、一番合った
痛みをとめる方法を考えます。もし、強い痛みがある
にもかかわらず、急に薬がのめなくなった場合には、
すぐ担当医に連絡して相談してください。

41 Q 処方の変更になったり、別の病院に入院したなどの
理由で、余ってしまった「モルヒネなどの痛み止め」
はどうしたらよいのですか？

A 「モルヒネなどの痛み止め」をしまっておいて、本
人以外の方に使うことは、法律（麻薬及び向精神薬取
締法）によって行なってはいけないことになっています。
必要がなくなり、残ってしまった「モルヒネなどの痛
み止め」は、他に利
用できないように廃
棄（捨てること）す
る必要があります。
廃棄には手続きが必
要なため、病院や薬
局に持ってきていた
だければ、残った「モ
ルヒネなどの痛み止
め」の廃棄をお手伝
いいたします。

患者さんの痛みを
取り除くためのモル
ヒネの使い方を簡単



42 Q 「モルヒネなどの痛み止め」を使うようになると、
旅行なんてとんでもないと思っていましたが、海外
旅行もできるのですか？自分で使っている「モルヒ
ネなどの痛み止め」
の携帯許可をもら
うためには、具
体的にどうすればよ
いのですか？

A ご自分の痛みの治
療に必要な「モルヒ
ネなどの痛み止め」
の携帯許可をもらう



ないか、恐いのではないかと思う方もいらっしゃるでしょう。しかし、インシュリンの注射が必要な糖尿病の患者さんも、毎日ご自分で皮下に注射をしています。そのときに使っている注射の針と同じ太さの針なのです。最初に針を刺すときだけ痛みがありますが、その後は針を固定している部分の痛みはありません。毎回注射するより簡単で、痛みが少ない方法です。

また、もしその患者さんが点滴を受けていらつしやる場合は、点滴の袋の中に「痛み止めの薬」をまぜて使うこともできます。

持続皮下注射や点滴の方法では、モルヒネが一定の速度で入るために、痛くなつてから注射をする昔の使い方（20頁Q&A15参照）とは異なり、麻薬中毒を起こすような高い濃度にはなりません。

このほか手術後の痛みを抑えるために、国立がん研究センター中央病院ではモルヒネを脊髄硬膜外（脊髄の外側）に、非常に細い管で注入する方法を、昭和56年から行なっています。強い痛みをほとんど感じないので、患者さんには大変喜ばれています。今までに3万人以上の患者さんにこの方法を使ってきましたが、痛みがとれてしまつても、モルヒネをずっと欲しがるような薬の精神依存の患者さんは一人もいらっしゃいません。

44

「痛み止めの薬」をのんだ後に、吐いてしまったときは、どうすればよいのですか？

A

「痛み止めの薬」と一緒に受け取った「吐き気止めの薬」を先にも、その30分後に、もう一度同じ「痛み止めの薬」1回分をのんでください。



30分後



した。

そのほか、脳や脊髄の中（髄腔内）にモルヒネを注入する方法もありますが、この方法がいつも必要な患者さんは決して多くはありません。

薬以外にも、痛みを伝える神経をブロック（薬で麻痺させる）する方法などがあります。みなさんが「痛みをなくして欲しい」と担当医に伝えれば、痛みの治療はさらに進むことでしょう。ご自分の痛みの強さや場所を正確に担当医に伝えていただければ、それだけ痛みを早く取り去ることができるようです。



45

おしりに坐剤を入れて、すぐにお通じがあったときは、どうすればよいのですか？

A

坐剤をおしりに入れて、すぐにお通じがあれば、坐剤も一緒にからだの外に出てしまうことになります。ですから、もう一度、新しい坐剤をおしりに入れてください。坐剤をおしりに入れて、1時間以内にお通じがあったときも、同じようにもう1回使ってください。服薬確認表（8頁参照）に、このことを書きとめておくことも、忘れないようにしてください。

46

のみ薬も坐剤も貼り薬も使えない場合は、どうやって痛みをとめるのですか？

A

その場合は、持続皮下注射という方法があります。この方法は細い注射用の針をからだの表面に刺し、その針と細い管をつないだ携帯用のポンプから24時間、少しずつ「痛み止めの薬」をからだの中に入れる方法です。針を抜けばお風呂にも入れますし、ポンプも小さいので、自由にからだを動かして生活することができます。

この方法は細い注射用の針を刺すので、痛いのでは



A 最近では一度に最高30日分の薬をお渡しすることができるようになりました。また、強い痛み止めの薬でも、全国のほとんどの病院で用意ができます。つまり、痛みがあることを伝えれば、痛みの治療は全国どの病院でもできるようになりました。必要でしたら、紹介状を書きますので、近くの病院から薬をもらってください。



A 感覚的な痛みはとれます。しかし、「心が痛む」とか「胸が痛む」という表現があるように、痛みには情動的な因子も関係しています。楽しみ、微笑み、親しみ、馴染みの人間関係は痛みを和らげてくれると思います。苦しみ、悩み、悲しみ、暗い気分などは痛みを増強させるといわれています。

47^Q

故郷に行って、しばらく静養してきたいと思いますが、1ヶ月分の薬を一度にもらうことはできませんか？

48^Q

「痛み止めの薬」を使うと、すべての痛みがなくなりますか？

え」の索引

けるように作成した索引です。項目ごとに分類してありますので、いものは共通した Q & A です。

Q 番号 (頁)

お薬の量について

量の決め方	Q 04 (15)
量が増え続けて中毒になるのではないのでしょうか？	Q 27 (27)
どこまで量を増やすことができるのでしょうか？	Q 28 (27)
薬をやめることができるのでしょうか？	Q 36 (33)
勝手にやめてもよいのでしょうか？	Q 37 (33)

副作用について

副作用の種類と強さについて	Q 20 (24)
吐き気、ねむけ、便秘について	Q 31 (29)
幻覚が現れることはありませんか？	Q 32 (30)
肝臓、腎臓、脳への影響はありますか？	Q 33 (31)
胃を荒らすことはありませんか？	Q 23 (25)

日常生活について

飲酒してもよいですか？	Q 25 (26)
運転・夫婦生活についての制限はありますか？	Q 26 (26)
仕事を続けることができますか？	Q 34 (31)
薬を家族やほかの人に使ってもよいですか？	Q 38 (34)
海外旅行時の手続き	Q 42 (36)
帰郷時に薬を持ち帰ることができますか？	Q 47 (40)

こんな時は？

他の薬との関係	Q 24 (26)
余った薬の処分法	Q 41 (36)
坐剤使用時のトラブル	(モルヒネ) Q 45 (38)
下痢の時	(モルヒネ・オキシコドン) Q 22 (25)
ほかの人が薬をのんでしまった時	(モルヒネ・オキシコドン) Q 39 (35)
薬がのめない時	(モルヒネ・オキシコドン) Q 43 (37)
吐いてしまった時	(モルヒネ・オキシコドン) Q 44 (38)
ほかの人が貼り薬を使ってしまった時	(フェンタニル) Q 40 (35)

「疑問と答

このページは患者さんがこの本を読み返す際に、疑問に早くたどり着き活用ください。モルヒネ・オキシコドン・フェンタニルの記載がな

Q 番号 (頁)

よくある誤解について

すべての感覚がなくなりますか？	Q 09 (17)
麻薬中毒になることはありませんか？	Q 14 (20)
なぜ麻薬中毒にならないのですか？	Q 15 (20)
からだが衰弱することはないでしょうか？	Q 29 (28)
痛みは我慢したほうがよいのでは？	Q 30 (28)
薬が効かなくなることはありませんか？	Q 06 (16)
病気の判定に困ることはありませんか？	Q 35 (32)

「痛み止めの薬」について

「痛み止めの薬」の種類	Q 07 (16)
「痛み止めの薬」の効果持続時間	Q 16 (22)
薬の作用	Q 08 (17)
のみ薬、坐剤、貼り薬以外の使い方 — 注射について —	Q 46 (38)
いつ頃から使われているのですか？ (モルヒネ)	Q 13 (19)
モルヒネの使い方	Q 10 (18)
モルヒネの効果持続時間	Q 17 (23)
オキシコドンの使い方	Q 11 (19)
オキシコドンの効果持続時間	Q 18 (23)
フェンタニルの使い方	Q 12 (19)
フェンタニルの効果持続時間	Q 19 (23)

時間ごとに使う理由

痛くなってからでは遅い！	Q 01 (11)
毎食後ではダメ！ (モルヒネ・オキシコドン)	Q 21 (24)

痛みについて

痛みの伝え方	Q 02 (13)
薬を使えばすぐに痛みがなくなりますか？	Q 03 (14)
痛みの治療の目標	Q 05 (15)
すべての痛みがなくなりますか？	Q 48 (40)

便秘の予防対策について

- 「モルヒネなどの痛み止め」を使っているほとんどすべての患者さんが便秘になります。「モルヒネなどの痛み止め」を使い始める前と同じようにお通じがあるように気をつけないと、痛みがなくなっても、便秘で苦しむことになってしまいます。「モルヒネなどの痛み止め」には痛みを取り除く作用だけでなく、腸の動きを抑える作用もあるから便秘になるのです。「モルヒネなどの痛み止め」はのみ薬だけでなく、坐剤を使った場合や注射した場合でも、同じように便秘になります。「モルヒネなどの痛み止め」を使い続けている間、痛みがとれるのと同じように、便秘も続きます。したがって、痛みを取り除くために「モルヒネなどの痛み止め」を定期的に使うときには、便秘にならないように下剤と一緒に、便秘を予防します。
- 下剤をのんでも、すぐにいつも通りの、お通じになるとは限りません。下剤の量が多ければ下痢になり、少ないと便秘になります。これらを繰り返すこともあります。下剤の効き目には、個人差（ある方は2錠のものと下痢になるが、別の方は10錠のんでもまだ便秘気味である）が大きいのので、ご自分に合った下剤の量を探しましょう。水分も多めにとりましょう。下剤が粉薬や水薬の場合にも同じ要領で使います。
- 「モルヒネなどの痛み止め」を使い始めた日に、寝る前に下剤をコップ1杯の水（お茶やジュースでもよいです）と一緒にのんでください。下剤を1〜2錠のんでも、お通じがないようでしたら、3〜4錠に増やしてください。それでも、お通じがないようでしたら、5〜6錠に増やします。2〜3日ごとに調節するのがよいでしょう。下剤の量が多くなったら、1日に2〜3回に分けてのむようにしてください。普段と同じようにお通じがあるように努力しましょう。下剤が粉薬や水薬の場合にも同じ要領で調節します。
- 「モルヒネなどの痛み止め」の量と下剤の必要量との間にはあまり関係がありません。つまり、少ない量の下剤で便秘を防ぐことができる方もいらっしゃるし、下剤がたくさん必要な方もいらっしゃいます。「モルヒネなどの痛み止め」を使い始める前と同じようなお通じがあるように、薬を服用する目標とします。
- お通じを良くするためには、食事の量や種類も大切になります。なるべく野菜などの繊維の多い食べ物を十分に食べるようにしてください。
- それでも、お通じの調節がうまくいかないときは、お通じの具合とのおんだ下剤の量を記録しておき、担当医や看護師、薬剤師に相談してください。

便秘予防対策

モルヒネを始めた日から
寝る前に下剤1錠または2錠を
コップ1杯の水と飲む

まだ便が出ない
下剤を3~4錠に
ダメなら5~6錠に
増やす

下痢になってしまった
下剤を減らす
または
1日おきにしてみる

個人差があるので
自分にあった
下剤の量を
見つける…

繊維の多い
食品や水分

うまいかなければ
担当医・看護師・薬剤師
に相談

★ふだんのお通じと同じようになるように!

(次頁をコピーしてご利用ください)

手に取り除く

お名前

先生にお渡し下

[illegible]

— 痛み止めを使用した日付と時間を記入してください

— 使用した痛み止めの数や量を記入してください

— 使用した下剤の数や量を記入してください

使用した吐き気止めの数や量を記入してください

吐き気の程度を 0 ～ 3 の数字で表し、当てはまる
ところに○をつけてください

- 0: まったくむかつき感がない
- 1: むかつき感はあるが、食事に影響ない
- 2: むかつき感が強く、食事ができない
- 3: むかつき感だけでなく、もどしてしまった

1日に数回、時間を決めて、ねむけの程度を下図を参考にして0～3の数字で表し、当てはまるところに○をつけてください

ねむけの強さを数字で表す方法



- 0: まったくねむげがない
- 1: ほとんどねむげがない
- 2: ややねむげがある
- 3: ねむくてたまらない。日中ほとんどボーッとしている

痛みを上手に取り除くために

カード番号		お名前					様
次回、来院時にこの用紙を担当医である		先生にお渡し下さい					
月／日	／	／	／	／	／	／	
のんだ時間							
のんだ数							
追加した痛み止め							
痛みの程度	10						
	8						
	6						
	4						
	2						
	0						
下剤							
お通じの有無							
ねむけの程度	3						
	2						
	1						
	0						
吐き気止め							
吐き気の程度	3						
	2						
	1						
	0						
備 考							

お願い

この本は、「痛み止めの薬」をよく理解し、痛みのない生活を送っていただくために、「痛み止めの薬」についてやさしく解説したものです。

今までに、痛みで苦しんだ患者さんやご家族の方々から私たち医師、看護師、薬剤師が尋ねられた「痛み止めの薬」についてのいろいろな疑問を中心に、「痛み止めの薬」についての疑問と答え」としてまとめてあります。私たちへの質問は、「痛み止めの薬」をのみ始めたときの場合もありますし、また長期間おのみになつてからの質問もあります。

最初から全部お読みになる必要はありません。1頁から8頁では、「痛み止めの薬」を使い始める前に、ぜひ知っていただきたいことが書いてあります。9～10頁の目次には、いろいろな疑問が書いてあり、11頁からは疑問に対する答えの形式で、詳しく書いてあります。疑問を持ちながら、「痛み止めの薬」をお使いになられても、痛みを取り去ることは難しいことと思います。疑問をお持ちになったら、そのたびにお読みください。また41・42頁に「疑問と答え」の索引がありますのでご利用ください。

できる限り、分かりやすい本にしたいと思っておりますので、お気づきの点やご意見がありましたら、積極的に教えていただきたいと思います。改訂する時の参考にさせていただきます。匿名でもかまいませんので、ご意見をお寄せください。

宛先は

〒104-0045
東京都中央区築地5丁目1番1号
国際研究交流会館内
公益財団法人 がん研究振興財団
「痛み止めの本」係





病 院 名 :

所 在 地 :

電話番号 :

担 当 医 :

看 護 師 :

薬 剤 師 :

この本の内容は、厚生労働省がん研究助成金、がん克服戦略研究、科学研究費等の支援を受けて進められた研究の成果がもたっています。この本の無断転載・複製は、固くお断りします。



● 監 修 国立がん研究センター

● (第1版) 著者

平賀 一陽	大黒 正夫	吉本 文男
矢島 聖	江口 久恵	篠 道弘
イラスト		
細川 知子		

● (第2版) 著者

平賀 一陽	下山 直人	高橋 秀徳
戸谷 美紀	斎藤 完治	伊藤 巖
市田 泰彦	小井土啓一	宮野 早苗
中山 綾乃	吉野 景子	
イラスト		
島崎 知子		

● (第3版) 著者

下山 直人	細矢 美紀	伊東 俊雅
イラスト		
川崎 敏郎		

● 発 行

公益財団法人 がん研究振興財団
TEL : 03-3543-0332
〒104-0045 東京都中央区築地 5 丁目 1 番 1 号
国際研究交流会館内