

Apêndice 1

MEDICAMENTOS OPIOIDES—O QUE PRECISO SABER?

Os medicamentos opioides são medicamentos prescritos para o tratamento e alívio da dor. Dizem-se por esta razão que são medicamentos analgésicos.

São medicamentos úteis no alívio de dor, mas também não são isentos de riscos. Este folheto dirige-se aos doentes que usam regularmente medicamentos opioides para que estejam mais informados sobre os seus efeitos.

O que é um medicamento opioide?

Os medicamentos opioides são substâncias derivadas do ópio, uma substância extraída da papoila com propriedades analgésicas (aliviam a dor). O ópio foi ao longo dos tempos usado no desenvolvimento e na produção de outros medicamentos analgésicos como a morfina, o medicamento de referência no controlo da dor (analgesia). Existem vários medicamentos opioides e em formatos diferentes (comprimidos, cápsulas, selos/emplastros, gotas, spray, etc)

Apenas pode tomar estes medicamentos quando prescritos por um médico, após um diagnóstico clínico e na presença de uma dor moderada a forte.

Que efeitos indesejáveis posso sentir com a toma de um medicamento opioide?

Os medicamentos opioides usam-se para tratar e controlar a dor (analgesia). Tal como outros medicamentos, podem causar outros efeitos indesejáveis e adversos. Os mais comuns são a obstipação (prisão de ventre), náuseas (enjoos), vómitos, sonolência e tonturas. Mais raramente podem causar dificuldade na concentração e no raciocínio, fadiga, insónia ou alucinações. Consulte sempre o seu médico caso sinta estes ou outros efeitos adversos.

Os medicamentos opioides causam adição?

Os medicamentos opioides quando prescritos pelo médico e utilizados de forma correta não causam adição (ter necessidade de usar o medicamento opioide sem ser por razões de dor). É preciso que seja o seu médico a controlar a dor e a rever periodicamente a sua medicação. Pode acontecer, que ao longo do tempo precise de aumentar a dose do medicamento devido a um aumento da dor ou que o seja necessário alterar o medicamento opioide para alívio da dor por o seu corpo já não responder ao anterior.

Os medicamentos opioides causam abstinência?

Ficar com abstinência (abstinente) significa ficar sem medicação opioide.

Não deve interromper de forma súbita e sem vigilância médica o tratamento com medicamentos opioides pois pode ficar com sintomas desagradáveis como sensação de mal-estar, tremor, dores abdominais, diarreia e sudorese (suores). Se desenvolver algum destes sintomas, dirija-se ao médico ou serviço de urgência mais próximo.

Que efeitos indesejáveis posso sentir com o uso de um medicamento opioide?

Os medicamentos opioides, tal como outros medicamentos, não são isentos de efeitos indesejáveis e adversos. Os mais comuns são obstipação (prisão de ventre), náuseas (enjoos), vómitos, tonturas e confusão mental.

Mais raramente podem causar dificuldade na concentração e no raciocínio, fadiga, insónia ou alucinações. Consulte sempre o seu médico caso sinta estes ou outros efeitos adversos.

Porque posso precisar de mais do que um medicamento opioide para a minha dor?

Os medicamentos opioides podem ter uma ação mais ou menos prolongada no tempo. Por isso se diz que existem medicamentos opioides de ação longa (para o tratamento da dor crónica) ou de ação curta que ajudam a evitar “crises” agudas de dor. Em alguns casos mais difíceis de tratar, é necessário mais do que um medicamento opioide para a dor. Tenta-se assim controlar a dor habitual e crónica que apresenta, assim como os “picos” de dor que podem surgir, mesmo com a medicação analgésica que normalmente faz.

O que é uma agudização da dor (“pico” de dor)?

Quando toma medicamentos para a dor crónica, por vezes pode sentir um aumento repentino de dor (“pico” de dor), que pode surgir de forma rápida e ser extremamente debilitante. Pode surgir sem razão aparente e durar desde minutos a horas.

É importante informar o seu médico sobre estes episódios de dor de forma a ter a sua medicação adequada e ajustada à sua dor.

O que devo fazer se eu conseguir prever um episódio de agudização da dor?

Se identificar algum fator que provoque um episódio de “pico” de dor, deve tentar evitá-lo. Se não o conseguir, deve tomar o medicamento opioide de “ação curta” prescrito pelo seu médico, em regime de SOS.

O que devo fazer se eu não conseguir prever um episódio de agudização da dor?

Se não identificar nenhum fator que provoque dor e não for por isso possível prever uma agudização ou “pico” de dor, deve tomar o opioide de ação curta prescrito pelo seu médico (em regime de SOS), assim que sentir esse episódio de exacerbação da dor (rápida e intensa).

Como devo armazenar os meus medicamentos opioides em casa?

Mantenha os medicamentos nas suas caixas e invólucros originais, com o rótulo e à temperatura ambiente, num local seco e protegido da luz. Mantenha-os fora do alcance das crianças. Verifique sempre o prazo de validade dos seus medicamentos. Se estiverem fora da validade, entregue-os na farmácia; não os despeje no lixo ou no saneamento.

Posso tomar um medicamento opioide se estiver grávida?

Os medicamentos opioides podem representar um risco de adição no feto e de provocar malformações congénitas importantes.

Deve procurar o seu médico se engravidar ou desejar engravidar enquanto estiver a tomar medicamentos opioides.

Posso beber álcool enquanto estiver a tomar medicamentos opioides?

O álcool pode aumentar alguns dos efeitos indesejáveis e adversos dos medicamentos opioides, pelo que deve necessariamente ser evitado.

Posso tomar outros medicamentos enquanto estiver a tomar medicamentos opioides?

Outros medicamentos prescritos para outras situações ou doenças, como as benzodiazepinas, relaxantes musculares e medicamentos hipnóticos podem aumentar alguns dos efeitos indesejáveis e adversos dos medicamentos opioides.

Deve comunicar sempre ao seu médico os medicamentos que está a usar de forma a evitar complicações na sua saúde.

Posso conduzir enquanto estiver a tomar medicamentos opioides?

As tonturas e o sono são efeitos indesejáveis e adversos possíveis dos medicamentos opioides, pelo que não deve conduzir se estiver a tomar medicamentos opioides, sobretudo se a dose ou o próprio medicamento opioide tiverem sido alterados há pouco tempo. Também deve evitar conduzir se tiver tomado um medicamento opioide de ação curta por um “pico” de dor, uma vez que há maior probabilidade de sentir tonturas ou sonolência nestas circunstâncias.

Que precauções devo ter se viajar enquanto estou a tomar medicamentos opioides?

Deve levar todos os medicamentos na mala de mão, nas caixas e invólucros originais. Tenha em atenção o volume de líquidos que pode levar consigo se estiver a tomar medicamentos em forma líquida. Se necessitar de levar os medicamentos opioides consigo, deve solicitar uma declaração ao seu médico em que conste a sua identificação, atestando que precisa desses medicamentos por razões de saúde.