

標題：咖啡因讓止痛藥更有效?

投稿者資訊：毛志民，高雄榮民總醫院藥學部

起心動念：

咖啡因與乙醯胺酚（acetaminphen，paracetamol）或布洛芬（ibuprofen）製成的複方劑型，多為「醫師藥師藥劑生指示藥品」，對受頭疼、牙疼等受急性疼痛所擾民眾而言，有效緩解的實證依據至為重要，然相關中文資訊闕如。

改善的行動：

1. 撰文與藥師分享：參考考科藍實證醫學資料庫回顧文獻，透過實證醫學步驟整理、撰文讓全國藥師周知咖啡因作為止痛藥的輔助劑，對其止痛效果與安全性能溫故知新。
2. 撰文與民眾分享：以去學術化的文字，投稿於報紙醫藥專欄，讓民眾止痛藥添咖啡因複方劑型能有效緩解頭痛。
3. 教學與同儕分享：藉考科藍實證醫學資料庫回顧文獻持續更新個人知識，並融入教學活動中，與藥學生、藥師及醫事人員分享經驗。

實證內容：

2012 年考科藍實證醫學資料庫回顧咖啡因在成人急性疼痛時的輔助止痛效果，綜合 19 個研究後發現；2014 年年底更新時雖稱無新研究納入，但改納入 20 項研究（總參與者數不變），亦因改用不同的劑量分群評估療效，納入分析人數較先前減少。（2012 年版 5,243 人，2014 年版 4,262 人）（佐證文獻_1、2）

無論是咖啡因（100 至 130 毫克）併用乙醯胺酚或布洛芬，約有 5%到 10%的受試者獲得好的止痛效果，也就是每 14 位服用者，就有一位可以有效止痛。（2012 年版 NNT=15，2014 年版 NNT=14）（佐證文獻_1、2）

所納研究無嚴重不良事件報告，作者群認為依建議劑量服用不太可能發生傷害。（佐證文獻_1）

2015 年 7 月考科藍實證醫學資料庫回顧發表咖啡因合併布洛芬單一劑量於成人術後的止痛效果評估，以至少緩解最大疼痛程度達 50%以上並持續止痛效果超過 6 小時觀之，約每 3 位服用者就有一人能獲得疼痛緩解；不良反應發生率也頗低。（佐證文獻_3）

論述具體改善成效：

1. 2014年6月30日，撰文「治頭痛 止痛藥含咖啡因更有效？」發表於藥師週刊第1874期。2017年7月24日取自 <https://goo.gl/r7uiCc> 同步分享於個人部落格 (<https://goo.gl/wfjmqT>)

圖一、撰文刊登於藥師週刊（每期發行量約21,000份）



2. 2014年6月26日，撰文「治頭痛 止痛藥含咖啡因更有效？」發表於自由時報健康醫療版。2017年7月24日取自 <https://goo.gl/JBVSc2> 同步分享於個人部落格 (<https://goo.gl/dCG5ewt>)

圖二、撰文刊登於自由時報（每日發行量約602,696份）



3. 2015年於8月25日於藥師繼續教育課程，講授「第一線止痛成分 Acetaminophen 配方與研究」，引用考科藍實證醫學資料庫文獻於課程講義（頁 28、29）中。

圖三、藥師繼續教育課程講義

考科藍實證醫學資料庫回顧咖啡因在成人急性疼痛時的輔助止痛效果

- 2014年，綜合20個研究後發現，無論是咖啡因（100至130毫克）併用乙醯胺酚或布洛芬（Ibuprofen），約有5%到10%的受試者獲得了好的止痛效果，也就是每14位服用者，就有一位可以有效止痛(約百位服用有7人有效)。



Derry, C. J., Derry, S., & Moore, R. A. (2014). Caffeine as an analgesic adjuvant for acute pain in adults. *Cochrane Database Syst Rev*, 12, Cd009281.

Analgesic plus caffeine compared with analgesic alone for acute pain

Patient or population: adults with acute pain Settings: community Intervention: analgesic plus caffeine Comparison: same dose of analgesic alone						
Outcomes	Outcome with analgesic alone	Outcome with analgesic plus caffeine	RR and NNT (95% CI)	No of participants (studies)	Quality of the evidence (GRADE)	Comments
Effective pain relief	41%	48%	RR 1.2 (1.1 to 1.3) NNT 14 (9.9 to 24)	4262 (27 separate comparisons)	High	Small effect size but large numbers of participants contributing. There is a large amount of data that cannot be incorporated into this review, but this result is robust to analysis assuming all missing data show no effect. In fact, the results of this review are consistent with an almost completely different analysis in 10,000 participants demonstrating the effect of caffeine to have a similar effect size
Serious adverse events	1 event	1 event	Not calculated	Not calculated	Very low	Neither event judged related to study medication. Single dose studies are not powered to assess serious adverse events



CI: confidence interval; NNT: number needed to treat to benefit; RR: risk ratio

The Cochrane database of systematic reviews 2014;12: Cd009281.

4. 以 (咖啡因 AND 止痛藥)於 Google 瀏覽器搜尋，可立刻搜尋拙文供參考。

圖四、Google 瀏覽器搜尋



參考文獻：

1. Derry, C. J., Derry, S., & Moore, R. A. (2014). Caffeine as an analgesic adjuvant for acute pain in adults. Cochrane Database Syst Rev, 12, Cd009281.
2. Derry, C. J., Derry, S., & Moore, R. A. (2012). Caffeine as an analgesic adjuvant for acute pain in adults. Cochrane Database Syst Rev, 3, Cd009281.
3. Derry, S., Wiffen, P. J., & Moore, R. A. (2015). Single dose oral ibuprofen plus caffeine for acute postoperative pain in adults. Cochrane Database of Systematic Reviews, (7). Cd011509.