

护理 疼痛患者应避免误区

□栗彦伟 李志刚

疑虑一：我来看病,为什么还要进行疼痛评分呢？

答：您需要了解疼痛评估工具。疼痛是您的自身体会，痛在您身，疼在我心。想要感同身受，请您一定要告诉我，您的疼痛程度、性质、部位、伴随症状、对生活的影响及您对疼痛的认识、希望达到的疗效等。可以将抽象的疼痛变化用具体疼痛评估工具进行评估。医患之间只有沟通透彻，才能更好地开展治疗和护理工作。

疑虑二：如果身体不痛就不吃止痛药吗？

答：镇痛药物使用应遵循三阶梯治疗原则。医生按照您的疼痛程度、部位、性质等合理选择药物，既有针剂、片剂、贴剂之分，也有短效、长效之别，患者应遵照医务人员的嘱咐，按时吃药，只有达到稳定的血药浓度才能控制疼痛。

疑虑三：服用镇痛药越晚越好吗？

答：不是的。长期镇痛不足会在患者的中枢神经系统形成疼痛记忆，并建立病理性背角反射，导致外周伤害性感受器的敏感性增强，使疼痛程度进一步加重，最终发展为慢性疼痛。此时控制疼痛就会更加困难，进而造成患者生活质量下降。另外，阿片类镇痛药物的应用是医生根据患者疼痛的程度来决定的。

疑虑四：肿瘤患者长期使用镇痛药物会成瘾吗？

答：国内外大量经验表明：规范性使用阿片类镇痛药物治疗疼痛，成瘾者极其罕见。患者服用阿片类镇痛药物发生精神依赖性的危险低于4/10000。癌症患者在疼痛病因控制及疼痛消失或者得到稳定控制后，可以缓慢停用阿片类镇痛药物。

疑虑五：我担心镇痛药物有副作用，怎么办？

答：您的担心是可以理解的。非甾体类药物等有“封顶效应”，容易引起肠道反应和肾脏毒性、血小板降低等，不建议患者长期服用该类药物；阿片类药物常见的不良反应有便秘、恶心、呕吐、头晕、嗜睡……用前，医生会评估您的身体状况及疼痛程度，并配合一些药物使用，请您调节饮食及适量活动，及时汇报自身状况。一般情况下，三五天后患者的疼痛症状会得到缓解。

疑虑六：怎样选择镇痛方法呢？

答：随着科学技术的发展，镇痛的方式有很多种，比如药物镇痛、微创、物理、放化疗、手术、中医治疗、心理治疗等。我们的医生会根据您的病情，选择现阶段最佳的治疗方法。我们倡导多模式镇痛，愿意和您共同对抗疾病。

疑虑七：出院之后，我该如何维护自控镇痛泵？

答：对出院之后可能出现的问题，我们已经帮您想到了。出院前，我们会给您补充药物，排查镇痛装置故障，教会您自控镇痛装置故障的简单处理方法，并且会定期和您通话，了解有无不适症状，药物是否用完，提醒您及时来医院复查等，请您放心！

疑虑八：我疼痛时总是发脾气，什么原因？

答：我们知道：1.患者疼痛时，身体会发生应激反应，交感神经兴奋，出现焦虑不安、烦躁、血糖升高等特点，还会引起骨骼肌痉挛、肌肉震颤；血管收缩，血压升高，心律失常，心血管系统负荷加重；血小板聚集，促使机体处于高凝状态；抗利尿物质增加，形成水钠潴留；心肌耗氧量增加，导致急性呼吸功能衰竭等。2.在肿瘤疼痛患者中，有20%~25%的患者可发生抑郁症状，而焦虑是绝大多数患者甚至是100%的患者会出现不良情绪。同时，疼痛与情绪、体验、认知、社会等因素相关。

在2017年，国家卫生计生委办公室发布的《安宁疗护实践指南（实行）》中指出，疼痛是亟待改善和重视的主要症状之一，已经严重影响患者的生存和生活质量。在护理疼痛患者的道路上，我们已经迈出了第一步，也将和您共同携手，走出疼痛误区，享受阳光生活！

（作者供职于河南省肿瘤医院疼痛科）



2016年11月，国际疼痛研究会将疼痛定义为：一种与实际或潜在组织损伤相关，包括感觉、情感、认知和社会成分的痛苦体验。

急性疼痛会使人神经兴奋，表现为恐惧、烦躁，血压升高，心率增快，坐卧不安等；当疼痛持续3个月以上，即成为慢性疼痛疾病时，会造成患者情绪低落、悲观抑郁、食欲不振、睡眠不足、免疫力低下、体重下降等，甚至会对生活失去信心，产生轻生念头。

相关统计数据表明，有28%的患者会在疼痛发生1周之内就诊，多数患者在“忍痛”1个月左右就诊。在门诊上，初诊患者疼痛发生率为25%，晚期癌症患者疼痛发生率为60%~90%。调查结果显示，疼痛是癌症患者最为惧怕的症状之一。

2002年，国际疼痛研究会将疼痛列为第五大生命体征。2011年，中国开展“癌痛示范病房”创建活动。2014年，河南省肿瘤医院强力推进“无痛医院”建设。2016年10月18日，国家卫生计生委办公厅下发《关于印发三级综合医院医疗服务能力指南（2016年版）的通知》中，增加“疼痛科”为一级学科，重视患者主诉，消除误区，创新疼痛治疗措施等。这有助于提高患者的生活和生存质量，给长期经受疼痛折磨的人群带来了希望。

笔者总结了在临床中常见的治疗和护理疼痛患者的误区，与大家进行探讨。



用心守护 给患者家一样的温暖

通讯员 秦 宁 石助红

“感谢内三科全体医务人员对我的悉心关怀和贴心服务，让我感到了家的温暖！”日前，河南（郑州）弘大医院内三科收到两面特殊的锦旗，内容分别为“杏林春暖，白衣天使”“仁心仁德，雪中送炭”。

这两面锦旗是已故患者的家属定做的。原来，87岁的贺老先生做过髋关节手术，已卧床数年，肺部严重感染、身体消瘦、心功能下降、生活不能自理。于是，贺老先生从去年春季开始就在河南（郑州）弘大医院内三科住院治疗。同时，贺老先生的老伴儿张老太太，因患有老年痴呆症已卧床多年，生活也不能自理，且肺部感染严重前来该院就诊。为了让他们能够相互陪伴，内三科医务人员特意给两位老人安排了双人间病房。在长达一年的时间里，贺老先生夫妻俩就在病房中相互陪伴。

一天，贺老先生对护士说：“我们虽然都在一个房间里，但是很久都没有拉过老伴儿的手了，可不可以把她抱过来？”由于年老体弱，两位老人不能睡在一张床上，每天只能看着彼此，却不能触摸对方。内三科的护士们为了实现贺老先生的愿望，就把两张病床合到一起。那一刻，贺老先生握着张老太太的手，他们深情地望着对方，整个病房都安静了。

后来，贺老先生因病重转入ICU（重症监护室），平时不怎么说话的张老太太多次问“老伴儿去哪儿啦”？并坚持等贺老先生回病房后再睡觉。护士安慰张老太太：“贺老先生去做检查了，很快就会回来。”然后，护士就陪着张老太太聊天，给她讲故事，不一会儿，张老太太就睡着了。贺老先生在住院期间，曾因病情加重先后3次转入

ICU。经过内三科医务人员的精心治疗，挽救了他的生命。贺老先生虽然年纪大了记性不好，但是他能喊出内三科每一位护士的名字。贺老先生喜欢聊天。每次巡视病房后，医生和护士都会和贺老先生聊一会儿，听他讲一讲年轻时的工作与生活，医务人员也会有意思的事情讲给贺老先生和张老太太听。虽然医务人员全力诊治，照料更是体贴入微，但是因他们的器官衰竭严重，最终还是相继去世。内三科多位护士在整理两位老人病房的时候，都泪流满面。

贺老先生的儿子由于长期照顾两位老人，每天在家与医院之间来回奔波也累病了，不得不住院治疗。河南（郑州）弘大医院医务人员在为贺老先生的儿子积极治疗的同时，更像抚慰亲人一样为其进行心理疏导。

于是，贺老先生的儿子在安顿好老人的后事，就定做了两面锦旗送给内三科医务人员，并说：“感谢内三科全体医务人员，你们的精神让我很感动！”



小发明



郭书军和她的姐妹们



专利证书

特殊减压背心式约束服

近日，洛阳市第一人民医院 NICU（神经内科重症监护室）研制的特殊减压背心式约束服获得国家知识产权局授予的实用新型专利证书。

据洛阳市第一人民医院 NICU 护士长郭书军介绍，NICU 患者以脑出血、昏迷、癫痫、脑炎居多，由于病情危重，患者身上会有各种仪器连接线，医生在治疗过程中需要将这些连接线充分暴露出来。为了避免交叉感染以及维护患者的尊严，医务人员需要对患者辅以约束带进行治疗，但传统约束带容易造成患者皮肤发红、肿胀、损伤等，让患者产生不舒服感。为了能够有效发挥约束带的功能和优势，同时又能减轻患者的痛苦，护士们决定为患者设计一款更加实用、舒适的约束服。在工作之余，护士们查阅了各种文献、视频资料等，并与国外先进医院的同行进行交流、探讨。为了寻找舒适的面料，降低患者皮肤过敏的发生率，郭书军带领护士们多方奔走，经过持续设计、实践和改良，一种全新的背心式约束服诞生啦！随后，NICU 的护士们将其应用在更多的患者身上。

据郭书军介绍，这种特殊减压背心式约束服具有无扣子、无拉链以及采用纯棉布料的特点，能够保护患者免受伤害，而且增加了舒适度。该约束服左右前襟的门襟掩合在一起，在使用过程中，不会造成门襟撕裂或崩开，保护了患者的隐私。在一般情况下，护理人员会根据患者的具体情况，将约束带在患者背后交叉固定在床上，患者不仅可以左右翻身，还可防止患者坠床，病情严重者可将约束带完全固定在床上。该约束服的后背装有条形记忆棉，增加了患者背部的透气性，降低了压疮的发生率。

特殊减压背心式约束服的研发，是洛阳市第一人民医院对患者人文关怀的重要体现，也是该院践行优质护理服务宗旨的实际行动，展示出护理人员在平凡的工作岗位上积极进取、开拓创新、勤于钻研的风采。

现在，这种特殊减压背心式约束服在临床应用中效果良好。在洛阳市护理学术交流会上展示后，该约束服受到了业内专家的好评。2017年7月，洛阳市第一人民医院选送该约束服参加品管圈大赛，一举获得省市多项大奖。2017年12月，国家知识产权局经过认真审查后，决定授予其实用新型专利证书。对这种新型约束服，陆续有兄弟医院前来询问和购买，这极大地激发了护理人员的工作热情。

（刘永胜 文/图）

征 稿

您可以谈一谈护理工作的心得体会，在护理方面取得的新进展，对某种疾病的护理思路以及对护理学发展、管理、改革的建议和意见，也可以写一写护理的现状与存在的问题……《护理管理》《专科护理》《海外护理》《护理小发明》（请将您的小发明拍成图片，并附上文字说明）《护士手记》等栏目真诚期待您的参与！

联系人：李云
联系电话：（0371）85967338
欢迎将来稿发送至 619865060@qq.com



第33届中原医疗器械(2018春)展览会

主办单位 河南省医疗器械行业协会
承办单位 郑州好博塔斯展览有限公司

展览范围

诊断设备、治疗设备
辅助设备、家庭医疗
卫生材料用品
口腔设备与材料
康复保健及老年用品

2018年 3月16日~18日

中国郑州国际会展中心

参会厂商1500家

展示产品16000件

展出面积33000平方米



微信预登记
扫描二维码关注
点击预登记
进行参观登记

(0371) 66619408

本版未署名图片均为资料图片