

疼 痛

思考题

- 什么是疼痛、痛觉、痛反应？
- 疼痛的基本分类？
- 常用疼痛严重度评估方法？
- 三类常用的止痛药物。
- 常用的疼痛心理治疗方法。
- 疼痛治疗的实施方法？
- 何谓PCA？

一、概述

(一)有关概念

1. 疼痛

“疼痛是一种令人不快的感觉和情绪上的感受，伴随着现有的或潜在的组织损伤。疼痛经常是主观的，每个人在生命的早期就通过损伤的经历学会了表达疼痛的确切词汇，无疑这是身体局部或整体的感觉，而且也是令人不快的情绪感受。”

《国际疼痛研究协会》

- 与疼痛有关的护理诊断:

- 4 疼痛

- 4 慢性疼痛

关于疼痛的一些现代观念

- 疼痛是一种疾病
- 疼痛永远是恶性的，需要治疗
- 疼痛是人的第五生命体征

2.痛觉与痛反应

- **痛觉：**一种意识现象，属于个人的主观知觉体验，会受到人的心理、性格、经验、情绪和文化背景的影响，患者表现为痛苦、焦虑。
- **痛反应：**指机体对疼痛刺激产生的一系列生理病理变化，如呼吸急促、血压升高、瞳孔扩大、出汗、骨骼肌收缩等。

(二)疼痛的双重作用

- 报警作用
- 伤害作用
 - 限制活动
 - 减少食欲
 - 影响睡眠
 - 产生不良心理
- 对内脏的影响
- 对神经内分泌的影响
- 对免疫机制的影响

(三)疼痛的分类

- 一级分类法
 - 生理性痛
 - 病理性痛：炎性疼痛和内源性疼痛
 - 神经病性痛

(三)疼痛的分类

- 按照疼痛程度分类
 - 轻微疼痛
 - 中等度疼痛
 - 剧烈疼痛

(三)疼痛的分类

- 按照疼痛时程分类
 - 急性疼痛
 - 慢性疼痛：持续时间在6个月以上

疼痛(急性)

主要依据:

个体经受或叙述有严重不适或不舒服的感觉。

慢性疼痛

主要依据:

病人口诉或可观察到的疼痛症状达6个月以上。

疼痛

次要依据:

1. 在急性疼痛时的自主反应: 血压升高, 脉搏增快, 呼吸加快, 出汗, 瞳孔散大;
2. 保护性体位;
3. 痛苦的表情: 面部扭曲、眼无神;
4. 呻吟、哭泣、踱步等发泄行为;
5. 对时间的认知改变、社交接触减少、思维过程受影响。

慢性疼痛

次要依据:

1. 害怕再次受伤;
2. 身体上或社交方面有退缩的表现;
3. 无法再持续以往的活动量或范围;
4. 厌食;
5. 体重改变;
6. 睡眠形态改变;
7. 面部表情呆板;
8. 移动时身体呈保护性姿势。

慢性疼痛不单纯是一个时间迁延的问题

(三)疼痛的分类

- 按照疼痛性质分类
 - 锐痛：刺痛、切割痛、灼痛、绞痛
 - 钝痛：酸痛、胀痛、闷痛
- 按照疼痛深浅部位分类
 - 浅表痛：
 - 深部痛：

(三)疼痛的分类

- 按照疼痛在躯体的解剖部位分类
 - 躯体痛
 - 内脏痛
 - 心因痛
- 按照疼痛的器官系统分类：神经系统疼痛，心血管系统疼痛，血液系统疼痛、呼吸系统疼痛、消化系统疼痛、内分泌系统疼痛、泌尿系统疼痛、运动系统疼痛、免疫系统疼痛

(四) 影响人们对疼痛感知的心理社会因素

- 精神状态
- 个性
- 年龄性别
- 种族
- 经济文化状况
- 病史

二、疼痛的评估

(一)疼痛评估的原则

- 1. 应定时进行反复评估
- 2. 要相信患者和家属
- 3. 应在评估的同时酌情采取止痛措施
- 4. 应尽可能明确疼痛原因

(二)疼痛评估的内容

- **PPQRSTT 疼痛评估法**
 - **Palliating factors** 疼痛缓解因素
 - **Provocative factors** 疼痛加剧因素
 - **Quality** 疼痛性质
 - **Radiation** 疼痛放射
 - **Severity** 疼痛严重度
 - **Temporal courses** 发作过程
 - **Treatment** 治疗情况

疼痛缓解因素

- 什么可使疼痛感觉好一些？
- 你做了什么来缓解疼痛？
- 什么可帮助你？

加剧疼痛的因素

- 什么可使你感觉疼痛恶化？
- 什么引起疼痛？
- 什么可加剧疼痛？

疼痛性质

- 疼痛感觉像什么？
- 你可用什么语言来描述疼痛？

疼痛放射

- 疼痛部位？
- 其他部位疼痛吗？
- 疼痛播散吗？
- 你能放一个手指头在疼痛中心部位吗？

疼痛严重度

- 疼痛严重度如何？
- 最重如何？
- 最轻如何？

口述分级评分法

Verbal Rating Scale (VRS)

0级 无疼痛

1级 轻度疼痛：可忍受，能正常生活睡眠

2级 中度疼痛：适当干扰睡眠，需用止痛药

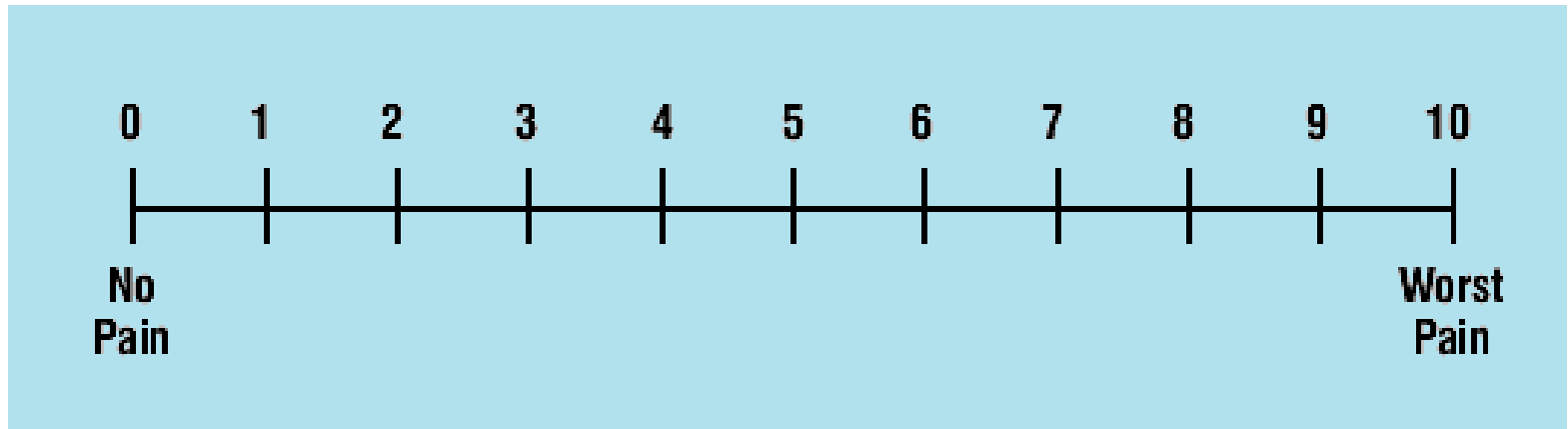
3级 重度疼痛：干扰睡眠，需用麻醉止痛剂

4级 剧烈疼痛：干扰睡眠较重，伴有其他症状

5级 无法忍受：严重干扰睡眠，伴有其他症状
或被动体位

11点数字评分法

11-point numeric rating scale(NRS-11)



101点数字评分法

101-point numeric rating scale(NRS-101)

- 与0-10量表相似，0为无痛，100为最痛。

视觉模拟评分法

Visual Analog Scale (VAS)



Prince-Henry评分法

- 0分 咳嗽时无疼痛
- 1分 咳嗽时才有疼痛发生
- 2分 深呼吸时即有疼痛发生
- 3分 静息状态下即有疼痛发生，但较轻，
可以忍受
- 4分 静息状态下即有剧烈疼痛，难以忍受

脸谱示意图评分法



0
No Hurt



2
Hurts Little Bit



4
Hurts Little More



6
Hurts Even More



8
Hurts Whole Lot



10
Hurts Worst

Medical professionals please note:

长海痛尺



发作过程

- 疼痛何时开始？
- 疼痛频率？
- 疼痛缓解还是加剧？
- 是否在某一时间点加剧？

治疗状况

- 你做了哪些尝试来缓解疼痛？
- 效果如何？
- 你为何不再采用这些方法？

McGill疼痛调查表

McGill Pain Questionnaire

- 1~10组 感觉类(sensory)
- 11~15组 情感类
(affective)
- 16组 评价类(evaluation)
- 17~20组 其它相关类
(miscellaneous)。

McGill Pain Questionnaire

1. 姓名: _____ 性别: _____ 年龄: _____ 职业: _____
 2. 疼痛部位: _____ 疼痛性质: _____ 疼痛程度: _____

1. 疼痛部位	2. 疼痛性质	3. 疼痛程度
1. 疼痛部位	2. 疼痛性质	3. 疼痛程度
4. 疼痛部位	5. 疼痛性质	6. 疼痛程度
7. 疼痛部位	8. 疼痛性质	9. 疼痛程度
10. 疼痛部位	11. 疼痛性质	12. 疼痛程度
13. 疼痛部位	14. 疼痛性质	15. 疼痛程度
16. 疼痛部位	17. 疼痛性质	18. 疼痛程度
19. 疼痛部位	20. 疼痛性质	21. 疼痛程度
22. 疼痛部位	23. 疼痛性质	24. 疼痛程度
25. 疼痛部位	26. 疼痛性质	27. 疼痛程度
28. 疼痛部位	29. 疼痛性质	30. 疼痛程度
31. 疼痛部位	32. 疼痛性质	33. 疼痛程度
34. 疼痛部位	35. 疼痛性质	36. 疼痛程度
37. 疼痛部位	38. 疼痛性质	39. 疼痛程度
40. 疼痛部位	41. 疼痛性质	42. 疼痛程度
43. 疼痛部位	44. 疼痛性质	45. 疼痛程度
46. 疼痛部位	47. 疼痛性质	48. 疼痛程度
49. 疼痛部位	50. 疼痛性质	51. 疼痛程度
52. 疼痛部位	53. 疼痛性质	54. 疼痛程度
55. 疼痛部位	56. 疼痛性质	57. 疼痛程度
58. 疼痛部位	59. 疼痛性质	60. 疼痛程度
61. 疼痛部位	62. 疼痛性质	63. 疼痛程度
64. 疼痛部位	65. 疼痛性质	66. 疼痛程度
67. 疼痛部位	68. 疼痛性质	69. 疼痛程度
70. 疼痛部位	71. 疼痛性质	72. 疼痛程度
73. 疼痛部位	74. 疼痛性质	75. 疼痛程度
76. 疼痛部位	77. 疼痛性质	78. 疼痛程度
79. 疼痛部位	80. 疼痛性质	81. 疼痛程度
82. 疼痛部位	83. 疼痛性质	84. 疼痛程度
85. 疼痛部位	86. 疼痛性质	87. 疼痛程度
88. 疼痛部位	89. 疼痛性质	90. 疼痛程度
91. 疼痛部位	92. 疼痛性质	93. 疼痛程度
94. 疼痛部位	95. 疼痛性质	96. 疼痛程度
97. 疼痛部位	98. 疼痛性质	99. 疼痛程度
100. 疼痛部位	101. 疼痛性质	102. 疼痛程度

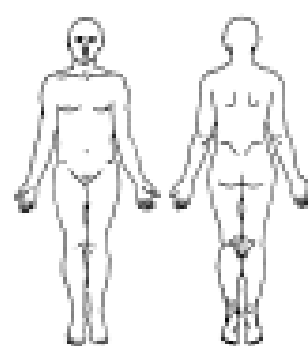


图 1. 疼痛部位图
图 2. 疼痛性质图

姓名: _____ 性别: _____ 年龄: _____ 职业: _____

疼痛部位: _____ 疼痛性质: _____ 疼痛程度: _____

(三)疼痛评估记录表

- 手术后疼痛记录表
- 慢性疼痛记录表

表 术后疼痛记录单

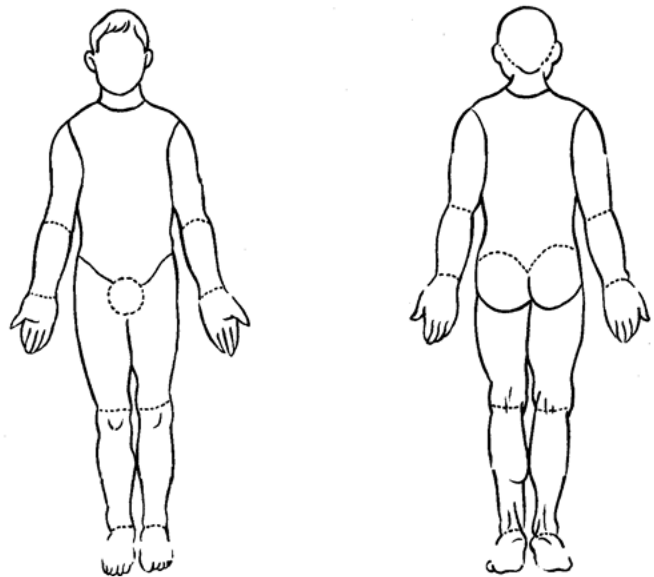
姓名____ 性别__ 年龄__ ID号____ 住院号____ 诊断_____ 手术名称 _____

返回病房时间 ____年__月__日__时__分 责任护士 _____

时间		疼 痛			止痛方法			有无用 药需求
		程度	部位	性质	药名与剂量 (或PCA 配方)	方法	时间	
手术当天	~10:00							
	~14:00							
	~18:00							
术后第一天	~6:00							
	~10:00							
	~14:00							
	~18:00							
术后第二天	~6:00							
	~10:00							
	~14:00							
	~18:00							
术后第三天	~6:00							
	~10:00							
	~14:00							
	~18:00							

疼痛程度
 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
 无痛 中等度痛 最痛

疼痛部位
 下图中用阴影标出疼痛部位并在最痛的部位打×



慢性疼痛记录单

姓名 _____ 性别 _____ 年龄 _____ ID号 _____ 住院号 _____ 入院时间 _____年____月____日 诊断 _____

疼痛类型：内脏痛 骨痛 神经痛 软组织痛 其他：_____ 责任护士_____

问题 \ 日期																		
过去 24h 内最重的疼痛程度																		
过去 24h 内最轻的疼痛程度																		
过去 24h 内平均疼痛程度																		
现在的疼痛程度																		
过去 24h 最痛的部位																		
过去 24h 最痛部位的疼痛类型																		
过去 24h 内的止痛措施																		
过去 24h 内经治疗疼痛缓解了多少																		
过去 24h 内疼痛对你睡眠的影响																		
过去 24h 内疼痛对你活动的影响																		

疼痛程度

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

无痛 中等度痛 最痛

疼痛缓解程度

0% 10% 20% 30% 40% 50% 60% 70% 80% 90% 100%

无缓解 完全缓解

疼痛对睡眠和活动的影响

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

无影响 极度影响

疼痛部位：在下图中用阴影标出疼痛部位并在最痛的部位打×

三、疼痛的治疗



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/868066014075006107>