

浅谈癌症疼痛护理 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/472/2021_2022__E6_B5_85_E8_B0_88_E7_99_8C_E7_c67_472267.htm

近年来，癌症的发病率在不断上升，疼痛是癌症患者的一个最常见的主要症状。据统计，癌症患者中30%~50%伴有不同程度的疼痛。在有癌痛的患者中，50%伴有中等程度或剧烈的疼痛，30%的患者有剧烈或难以忍受的疼痛。癌痛，限制患者的活动，减少食欲，影响睡眠，严重的会产生焦虑、恐惧、抑郁等不同程度的精神障碍，给家庭增添精神压力，增加经济负担。因此，癌痛护理有很大的临床和社会意义。笔者根据长期的临床实践，总结出以下几点护理措施，供大家参考。

药物止痛护理在临床上，药物是癌痛的主要治疗方法。我们要全面、准确、及时地评估疼痛的时间、程度、部位、性质、持续性和间断性、疼痛治疗史，疼痛对患者和家属的影响等。根据评估结果遵医嘱按三级止痛原则给予镇痛药，给药时要特别注意以下几个原则：

- 1.按时给药：严格掌握镇痛药的半衰期，有规律地给药，可预防疼痛的发生，并防止加重。
- 2.个体化给药：根据病人的性别、年龄、体重、耐药性的不同区分给药。要注意患者的实际疗效，选择适当的剂量，以达到有效镇痛为目的。
- 3.口服给药：在可能的情况下，力争口服给药。既可保持患者的独立性，又便于病人长期服用，能免去长期注射给患者带来的疼痛和伤害。如不能口服应考虑直肠或经皮下给药。
- 4.按阶梯给药：按由弱到强，由小到大，由少到多的原则，逐渐加量，不要等病人需要时才用，要有规律的按点用药，并仔细观察疗效及副作用。
- 5.注意具体细节：

从最简单的剂量方案及创伤最小的止痛疗法开始；不要用安慰剂治疗癌痛，安慰剂并不能真正止痛；病人对阶梯药物在不良反应的敏感性上有很大差异，用时要小心：杜冷丁只可用于短时的急性疼痛止痛，若大剂量用会出现震颤、幻觉、抽搐、肌阵挛和癫痫发作等；长期使用二氢埃托菲可导致明显的精神依赖及躯体依赖，不能用于癌痛的常规治疗。

非药物止痛法护理

- 1.转移止痛法：可以叫病人坐在舒适的椅子上，闭目养神，先想自己童年有趣可乐的事，或想自己愿意想的任何事，每次20分钟，也可根据个人喜好，放一些轻松高调的音乐，让病人边欣赏边随节奏做打拍，摇手等动作，还可以让病人看一些笑话、幽默小说、听一段相声来取乐，这样都可以分散注意力，增强止痛效果。
- 2.放松止痛法：全身松弛可给人轻松感，同时肌肉松弛可阻断疼痛反应。叫病人闭上双目，作叹气、打呵欠等动作，随后屈髋屈膝平卧，放松腹肌、背肌、脚肌，缓慢作腹式呼吸，或者让病人在幽静环境里闭目进行深而慢的吸气和呼气，并随呼吸数1、2、3...使清新空气进入肺部，达到止痛目的。
- 3.物理止痛法：可以通过刺激疼痛周围皮肤或相对应的健侧达到止痛目的。刺激方法可采用局部用薄荷油、樟脑酊、冰片等涂擦，也可以采用各种温度的湿敷，阻断疼痛信息向大脑的传递，如用水袋或冷湿毛巾作冷湿敷，或用65度热水袋放在温毛巾上作热敷，每次20分钟。

心理护理 疼痛是因人而异的，疼痛的程度常与人们对过去经验的回忆，痛因的分析，情境的理解，注意的程度，后果的预料等心理活动有关，所以疼痛有相关的随机性和可变性。癌痛患者大多存在不同程度的恐惧、焦虑、悲观、失望等消极心理情绪，个别患者甚至还有轻生的念

头。故采取有针对性的心理护理措施十分必要。

- 1.建立良好的护患关系：良好的护患关系是心理护理的前提。护士在病人面前始终都要表现出语言大方得体，举止端庄沉稳，工作认真负责，给患者以信任感和安全感。
- 2.疏泄：主动热情关心病人，抽一定时间陪伴病人，倾听其诉说心中的焦虑，并表示理解和同情，消除其孤寂感，让其体会到他并不是孤立地承担痛苦。
- 3.安慰：安慰要恰到好处，既强调有希望的方面，又不能过于乐观，帮助病人分析疼痛的反应性，通俗易懂地解释疼痛有关的生理心理学问题。
- 4.暗示疗法：让患者认识到，疼痛是机体与病魔作斗争而表现的保护性反应，说明机体正处在调整状态，疼痛感是暂时的，只要打败病魔，疼痛自然消失，鼓励患者增强决心和信心。
- 5.家属的心理护理：亲人的关心对患者至关重要。指导家属要积极配合医护人员，给病人以安慰、鼓励和支持，使患者从精神上摆脱对疼痛的恐惧和害怕，增加对生活的希望。

加强基础护理 由于疼痛的折磨，患者大多自感身心疲劳，长期卧床休息，采取被动卧位，多数还影响到患者的日常生活自理能力。因此，应加强各项基础护理，注意患者皮肤、口腔、呼吸系统、泌尿生殖系统等的护理，防止各种并发症的发生。尽量为患者创造一个安静、舒适、无痛苦的环境，从而提高患者对疼痛的耐受性。总之，癌痛不但影响患者的生理变化，还对其心理造成巨大伤害。要提高癌症患者的生活质量，减轻心理负担，延长有效寿命，并增加癌症的成活率，就必须有效地控制癌痛症状。因此，临床一线医护人员要对癌痛护理加以重视，共同努力去攻克这一难题，给癌痛患者带来福音。

100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

