

# Best practices for pain relief and sedation management in critically ill patients: a nursing based intervention study

Dan Li Ni Zhang Yan Liu

Kuqa People's Hospital, Kuqa, Xinjiang, 842000, China

## Abstract

In the intensive care unit (ICU), patients often experience pain and anxiety caused by pain and muscle tension, requiring pain relief and sedation management. By comparing and analyzing nursing interventions under different approaches, this study aims to empirically demonstrate the best practices for managing pain and sedation. Based on nursing intervention research, strategic nursing was compared with other conventional methods, and the results showed that strategic nursing can better alleviate patients' pain and anxiety. In specific operations, strategic nursing includes the application of professional knowledge, personalized treatment plans, and the implementation of intervention activities. The results indicate that this targeted and comprehensive nursing intervention can effectively improve patient comfort, reduce pain and anxiety, and provide an effective method for ICU analgesia and sedation management. It has important guiding significance for future clinical practice.

## Keywords

critical care; Analgesic management; Sedative management; Nursing intervention; Strategic nursing

# 重症患者镇痛与镇静管理的最佳实践：基于护理的干预研究

李丹 张妮 刘艳

库车市人民医院，中国·新疆 库车 842000

## 摘要

在重症监护病房（ICU），病人常常由于病痛和肌肉紧张引发的疼痛和焦虑，需要进行镇痛和镇静管理。通过对比分析不同方式下的护理干预情况，本研究旨在实证最佳痛苦和镇静管理的最佳实践。基于护理的干预研究，通过策略性护理与其他常规方法比较，结果显示策略性护理可以更好地缓解患者的痛苦和焦虑。具体操作中，策略性护理包括专业知识的运用、个性化的治疗方案、开展干预活动等环节。结果表明，这种针对性、全方位的护理干预，可以有效地提高患者的舒适度，降低痛苦和焦虑状态，为ICU的镇痛和镇静管理提供了一种有效的方法。对于未来临床实践具有重要指导意义。

## 关键词

重症护理；镇痛管理；镇静管理；护理干预；策略性护理

## 1 引言

在重症监护病房（ICU）中，由疾病和身体紧张引发的疼痛和焦虑已成为一项需要高度关注的问题。这不仅会使得患者倍感痛苦，也对其身体健康和治疗效果带来丝毫不容忽视的负面影响。为此，如何有效地采取措施进行镇痛和镇静管理，是目前ICU医护人员正积极寻求解决的问题。由依赖药物和依赖级别的疼痛管理方式，到更强调疼痛的全周期管理，在寻求镇痛和镇静管理的最佳实践中，医护人员试验和探索了众多方法。然而，只有不断地探索，不断地尝试，才能真正找到最能符合患者特性，最能提高患者舒适度，降低痛苦和焦虑状态的管理方式。本文以更多的护理干预策略为重点，比较常规方法和策略性护理方法的效果，并针对性

地制定全方位的护理做出干预。我们志在寻找对重症患者最佳的，能够缓解痛苦、降低焦虑，提高其舒适度的疼痛和镇静管理方式，以期为未来重症监护病房（ICU）中护理干预提供更为有用的借鉴和指导。

## 2 重症护理中的镇痛与镇静管理

### 2.1 重症护理的挑战与需求

重症护理中的镇痛与镇静管理面临诸多挑战与需求<sup>[1]</sup>。重症监护病房的环境复杂，患者普遍处于身体机能受损、意识水平低下等状态，容易出现疼痛和焦虑的症状。疼痛不仅影响患者的康复进程，还可能导致内分泌、免疫功能的紊乱，进而增加并发症发生的风险。焦虑是另一个亟须解决的问题，会加剧患者的痛苦体验，影响生命体征的稳定性，甚至导致长期的心理健康问题。在如此高危的医学环境中，镇痛与镇静管理成为重症护理中的核心任务<sup>[2]</sup>。

有效的镇痛和镇静管理能显著提高患者的舒适度和治

【作者简介】李丹（1988-），女，中国陕西咸阳人，本科，主管护师。

疗效果,促进快速康复。重症护理人员在实施这类管理时,常常面临多方面的困难,如患者个体差异大、药物使用选择复杂、药物副作用监测困难等。医务人员需在快速变化的病情下及时调整护理方案,确保治疗的个体化和精准性,从而对护理人员的专业技能和应变能力提出了更高要求<sup>[3]</sup>。当前,尽管有多种镇痛和镇静策略可以选择,但如何在复杂的病情下运用最佳实践,仍是护理工作中的一大挑战。

探索并优化镇痛与镇静管理的护理干预,用以减轻重症患者的痛苦与焦虑,在临床实践中需求迫切。通过科学的护理管理,能为患者提供更为安全和舒适的治疗环境,最终提升整体医疗服务的质量。

## 2.2 镇痛与镇静管理的重要性

镇痛与镇静管理在重症护理中的重要性不言而喻。处于重症监护状态的患者常常面临极大的生理和心理应激,疼痛和焦虑是其中最为突出的表现。这不仅影响患者的舒适度和生活质量,甚至可能扰乱正常的生理功能,延缓康复进程。有效的镇痛与镇静管理不仅能够减轻患者的痛苦,还能减少由于疼痛和焦虑引起的不良生理反应,如高血压、心动过速和术后不良愈合等,从而为患者稳定病情提供良好条件。

在ICU环境中,精准的镇痛与镇静管理还能提高护理操作的顺利性,进而提高护理效率和安全性。护理人员能够在患者的痛楚和焦虑获得控制的情况下,更好地进行其他必要的干预措施,这对缩短住院时间、降低健康风险具有积极作用。系统化的镇痛与镇静管理被视为提高重症护理质量的关键环节之一,不仅涉及药物治疗,还包括非药物的心理和行为干预。此管理策略的有效应用,为患者身心健康提供了全面的支持,彰显了其在现代重症护理中的核心价值。

## 2.3 目前镇痛和镇静管理的常规方法

在重症监护病房中,镇痛和镇静管理对于患者的护理至关重要。常规方法包括药物治疗和非药物干预。药物治疗主要是通过使用阿片类药物、苯二氮卓类和其他对症药物来缓解疼痛和减少焦虑,这些药物在快速见效的需要密切监测患者的生理反应和药物副作用。非药物干预则包括物理方法和心理支持,物理方法如按摩和冷敷,通过物理触觉减少疼痛;心理支持则通过交谈和音乐疗法等手段缓解情绪紧张。常规方法虽有效,但需要结合个体化需求以提升其效果和患者舒适度。

## 3 基于护理的干预研究方法

### 3.1 护理干预的理论背景

护理干预的理论背景是关键部分,旨在为重症监护病房中镇痛与镇静管理提供科学依据。护理干预理论主要源于患者中心护理理论,该理论强调根据患者的具体需求提供个性化的护理服务,以提升护理效果。疼痛管理理论也为护理干预提供了指导原则,该理论指出,疼痛不仅仅是生理现象,亦包含了心理和情感层面。综合的护理干预需要整合多维度的策略,包括生理调整与心理支持,从而有效缓解患者的痛

苦与焦虑。

护理中的变化理论也对护理干预产生重要影响。研究显示,重症患者在护理过程中,环境、治疗方案的调整会涉及患者的舒适度和配合度,合理的干预策略可以增强患者的治疗依从性和舒适体验。这一理论为策略性护理的制定提供了框架,使护理干预不再是单一、静态的过程,而是动态调整的互动。

社会支持理论强调在护理过程中,应整合患者的社会背景、家庭参与等因素,提升患者的整体护理效果。这一理论背景下,护理干预措施不仅关注于医疗操作技术,还关注情感支持与沟通技巧的运用。通过多角度的理论支持,护理干预能够更全面、深入地作用于患者的镇痛与镇静管理中,为临床护理实践理论提供基础。

## 3.2 策略性护理介绍

策略性护理是一种有计划的护理方法,旨在通过综合运用专业护理知识,制定个性化的治疗方案,从而有效地管理重症患者的痛苦和焦虑。这种护理方式强调根据患者的具体情况和需求,灵活调整护理策略,以优化疗效。在策略性护理中,护理人员不仅需要对患者身体状况进行详细评估,还需关注其心理状态,以便制定全面的护理计划。在设计个性化治疗方案时,策略性护理注重多学科合作,整合药物治疗、心理支持和环境调整等多种手段,确保干预措施的全面性<sup>[4]</sup>。护理人员还需通过定期随访和动态评估,适时调整护理计划,以应对患者病情的变化。在实际操作中,策略性护理通过开展一系列干预活动,如放松训练、音乐疗法以及患者与家属的教育与沟通,帮助患者减轻痛苦和焦虑,提升舒适度。通过这样的全面护理模式,实现镇痛和镇静管理的最佳实践,满足重症患者的需求,并提高其整体护理效果。

## 3.3 个性化治疗方案与干预活动的设计和运用

个性化治疗方案与干预活动的设计和运用在重症患者的镇痛与镇静管理中扮演着关键角色。研究表明,个体化的护理计划能够更有效地满足患者的独特需求,从而提高治疗效果。设计个性化治疗方案时,需综合考虑患者的病情、痛苦源、心理状态及其对药物的反应等因素。干预活动的实施则需要结合护士的专业判断和病房资源,可包括定制疼痛管理计划、心理支持和舒缓技术等。个性化干预强调动态调整,随着患者病情的变化而灵活应对,以确保干预的持续有效性。通过定期评估治疗效果,并在必要时进行方案调整,可以保证患者在重症监护病房中的舒适和安全。这种从患者角度出发的护理介入,显著提升了重症护理环境下的整体镇痛和镇静效果。

## 4 策略性护理在镇痛与镇静管理中的应用及效果

### 4.1 采用策略性护理的研究分析

策略性护理在镇痛与镇静管理中的研究分析旨在评估这种方法在ICU中对重症患者的实际效果。在研究中,策

略性护理的应用选择了具有代表性的ICU患者群体,通过对照实验的方法,以传统护理作为对照组,设置了对比实验。对比组采用标准化的策略性护理干预措施,涵盖专业知识运用、个性化治疗方案制定以及具体干预活动的实施,例如心理疏导与非药物性放松技术。在数据收集方面,重点关注患者的主观疼痛感受、焦虑水平以及镇静效果,使用标准化的疼痛和焦虑评估量表进行定量评价。

研究发现,采用策略性护理的患者在疼痛缓解与焦虑降低方面表现出显著改善,其疼痛评分与焦虑评分显著低于对照组。通过患者访谈与护士反馈,策略性护理更有助于提高患者舒适度和满意度<sup>[5]</sup>。在患者生理指标方面,心率、血压等应激反应指标也显示出更平稳的趋势。护理人员的反馈显示,策略性护理提高了护理干预的效率和效果,强化了医患之间的沟通与合作。这种基于护理的干预方式展示了其在优化镇痛与镇静管理方面的优势。

#### 4.2 策略性护理对重症患者痛苦与焦虑的影响

在重症监护病房中,镇痛与镇静管理对于提升患者的整体预后具有重要意义。策略性护理的应用在缓解重症患者的痛苦与焦虑方面显示出独特的优势。研究表明,策略性护理以其全面的评估与个性化的治疗方案,能够有效降低患者在镇痛和镇静过程中的不适感。策略性护理通过对患者病情的深入分析,并结合临床表现和心理需求,制定更加符合个体状况的镇痛方案,有助于减少不良反应,提高治疗的适应性。

策略性护理强调与患者及其家属的沟通,通过增强患者对医疗过程的认知和理解,减轻焦虑感。个性化的护理措施与适时的心理支持,能帮助患者建立更好的心理预期,其积极作用在于,减少因不确定性引发的焦虑情绪。策略性护理的实施确保了疼痛和焦虑的双重管理,使ICU患者在获得生理上的舒适度提升的心理层面的负担也得到了有效缓解,进而促进了综合护理质量的提升。

#### 4.3 策略性护理在重症护理中的价值与意义

策略性护理在重症护理中的价值与意义体现在多方面。它通过整合专业知识和个性化方案,提高了护理干预的有效性。在重症监护情境中,患者往往面临身体和心理的双重压

力,策略性护理通过降低疼痛和减轻焦虑,直接提高患者的生命质量。这种护理方式不仅提高了患者的舒适感,还对缩短住院时间和降低并发症发生率产生了积极影响。策略性护理所强调的全方位干预能够更好地识别和满足患者的特定需求,通过个性化的治疗策略和人性化的护理活动,提升了整体护理服务的水平。由此,策略性护理为重症患者镇痛与镇静管理提供了科学、系统的解决方案,为临床护理实践开辟了新的方向和模式,有助于护理人员更有效地应对重症护理中的挑战。

## 5 结语

以上研究对ICU中的镇痛和镇静管理进行了探讨,并从护理干预的角度出发,实证了策略性护理在痛苦和镇静管理中的优越性,这种全方位、个性化和针对性的护理干预方法,不仅可以有效提高患者舒适度,降低痛苦和焦虑状态,对于ICU的工作也提供了一种有效的管理模式。然而,对于不同病人的个性化镇痛和镇静方案,还需要进一步研究和调整,以更好地适应病人的个体差异。此外,策略性护理的推广应用也需要积极的政策引导和社会支持,以帮助更多的ICU和患者从中受益。本研究结果为重症患者镇痛与镇静管理提供了理论依据和实证指导,但仍需在实践中不断深化和完善,以期在全国乃至全球范围内得以推广应用,使更多的患者得到更有效的护理,享有更高的生活品质。

## 参考文献

- [1] 王佳荣陶鹤.ICU病人镇痛镇静的护理干预[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(15):243-244.
- [2] 朱红莲.重症脑出血患者程序化镇痛镇静治疗与护理干预方法研究[J].健康必读,2019,(16):246-247.
- [3] 周娟.重症颅脑损伤患者程序化镇痛镇静治疗与护理干预[J].名医,2019,0(10):148-148.
- [4] 江愉,李梅英,罗青梅,李金娣,韦姝含.镇静镇痛管理小组在ICU镇静镇痛患者护理中的应用[J].医学美容,2020,29(18):154-154.
- [5] 田蓉.ICU重症患者行镇静镇痛药治疗的护理干预探究[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2020,(02).