

Psychological Care of Patients With Pain after General Surgery

Xiaoying Zhang

Dali People's Hospital, Dali, Yunnan, 671000, China

Abstract

With the continuous development of medical technology, general surgery has become a common method for the treatment of many diseases. However, patients are often accompanied by pain after surgery, which not only affects the physical recovery, but also has an important impact on their psychological status. This paper aims to explore the psychological care measures of patient pain after general surgery to provide reference to clinical nurses and other healthcare professionals to provide comprehensive care for patients.

Keywords

patients after general surgery; psychological health; psychological care; pain experience; type of pain

普外科手术患者疼痛的心理护理

张晓英

大理州人民医院, 中国·云南大理 671000

摘要

随着医疗技术的不断发展, 普外科手术已成为治疗众多疾病的常见方法。然而, 手术后患者常常伴随着疼痛, 这不仅影响了患者的身体恢复, 还对其心理状态产生了重要影响。论文旨在探讨普外科手术患者疼痛的心理护理措施, 以提供给临床护士和其他医疗保健专业人员参考, 为患者提供全面的护理。

关键词

普外科手术患者; 心理健康; 心理护理; 疼痛经验; 疼痛类型

1 研究的背景和目的

在当今医疗领域中, 普外科手术是一种广泛应用的治疗方法, 用于处理各种疾病和创伤。手术后患者经常会经历术后疼痛, 这是由手术创伤、组织损伤和生理反应引起的常见现象。然而, 除了身体上的痛苦, 手术后的疼痛也会对患者的心理状态产生重要影响。心理护理在手术后疼痛管理中的作用日益受到重视。

本研究的目的是探讨普外科手术患者疼痛的心理护理措施, 以提供给临床护士和其他医疗保健专业人员参考, 帮助他们更好地理解 and 处理手术后患者的心理疼痛问题。通过文献综述的方式, 本研究将收集和分析相关的研究论文和实践经验, 以系统地总结和评估普外科手术患者心理护理的有效性和实施方法。

2 普外科手术患者的疼痛经验

2.1 普外科手术患者疼痛的类型和特点

普外科手术患者常常经历各种类型和程度的疼痛。

疼痛可以分为急性疼痛和慢性疼痛两种类型。

急性疼痛是手术后最常见的类型, 通常在手术后的早期出现, 并随着时间的推移逐渐减轻。它通常与手术创伤、组织损伤和炎症反应相关。急性疼痛的特点包括疼痛的局部化、刺痛或胀痛的感觉、疼痛程度的变化和活动时的加重。

慢性疼痛是手术后较为罕见但可能发生的类型, 其特点是疼痛持续时间超过预期的康复期。慢性疼痛可能与手术后神经损伤、疤痕组织形成、术后并发症或术后疾病复发等因素相关。患者可能经历持续的疼痛、难以忍受的剧痛或周期性的疼痛发作。

2.2 疼痛对患者心理健康的影响

手术后的疼痛不仅对患者的身体造成困扰, 还对其心理健康产生重要影响。以下是疼痛对患者心理健康的一些主要影响。

2.2.1 情绪反应

手术后疼痛可能引发患者的情绪反应, 如焦虑、恐惧、抑郁和愤怒等。这些情绪反应可能与疼痛的强度和持续时间有关, 同时也受到患者个体差异和应对能力的影响。长期的情绪困扰可能导致患者的心理健康状况进一步恶化。

2.2.2 睡眠障碍

手术后的疼痛可能导致患者睡眠障碍, 包括入睡困难、

【作者简介】张晓英(1985-), 女, 白族, 本科, 副主任医师, 从事肝胆胰脾等外科术后护理研究。

睡眠中断和夜间醒来等。睡眠障碍会进一步加重患者的身体不适和心理负担,影响其康复和生活质量。缺乏良好的睡眠会使患者感到疲倦、疲惫和情绪低落。

2.2.3 社交功能受损

手术后的疼痛可能使患者在社交和家庭活动中受到限制。疼痛的存在使他们难以参与正常的社交互动和日常活动,导致社交功能的受损和孤立感的增加。患者可能感到与他人的联系减少,无法充分享受社交支持和亲密关系。

2.2.4 应激反应和心理创伤

对于某些患者来说,手术后的疼痛可能成为应激事件,并引发心理创伤。持续的疼痛经历可能导致患者对手术和医疗过程产生恐惧和回避行为。这种应激反应和心理创伤可能对患者的心理健康和康复产生长期的负面影响。

3 普外科手术后患者疼痛的心理护理

3.1 评估患者的疼痛和心理状况

在普外科手术后患者的心理护理中,全面评估患者的疼痛和心理状况是至关重要的。为了有效评估患者的疼痛,可以采用疼痛评估工具,如视觉模拟评分法和数值评分法,来确定疼痛的强度和性质。这些工具可以提供客观的量化指标,帮助护理人员了解患者的疼痛程度。同时,护理人员还应倾听患者对疼痛的表达和描述,包括言语和非言语信息,以获取关于疼痛的细节信息,并与患者建立良好的沟通和信任关系。

了解患者的情绪状态和心理负担也是评估的重要部分。疼痛会对患者的情绪产生影响,如焦虑、抑郁等。通过与患者交流和观察,护理人员可以获取关于患者心理状况的信息,并了解他们对疼痛的应对方式和心理健康的需求。综合评估患者的疼痛和心理状况,能够为后续的心理护理提供有针对性的干预措施,以提供更加个性化和综合的护理支持。

3.2 提供信息和教育患者

在普外科手术后患者的心理护理中,向患者提供相关信息和教育是至关重要的。护理人员应该与患者进行沟通,解释手术后疼痛的预期性质、持续时间和可能的并发症。这有助于增强患者对疼痛的认知和理解,减少对未知的恐惧和焦虑。

护理人员还应向患者提供关于疼痛管理的自我照顾技术和方法的指导。他们可以教授患者正确使用镇痛药物的方法,包括剂量、用法和可能的副作用。同时,护理人员还可以介绍其他非药物疼痛管理技术,如热敷、冷敷、按摩和放松技巧,以帮助患者缓解疼痛和提升舒适感。

3.3 情感支持和心理疏导

普外科手术后患者常常需要情感支持和心理疏导来应对疼痛和手术的压力。护理人员在提供心理护理时可以采取以下策略:

①聆听患者的感受和体验是非常重要的。护理人员应

给予患者充分的时间和空间,鼓励他们表达内心的情绪和困扰。通过倾听,护理人员可以传递关切和理解,让患者感到被重视和支持。

②情感支持可以通过表达关切和理解来实现。护理人员可以通过简单的肢体语言、温和的语气和鼓励性的话语,向患者传递安慰和支持。这种情感支持的表达有助于患者感受到关怀和安心,减轻他们在面对疼痛和手术压力时的孤独感和不安。

3.4 应用认知行为疗法和心理干预措施

认知行为疗法和其他心理干预措施是普外科手术后患者心理护理的重要组成部分。它们旨在帮助患者改变对疼痛的认知和应对方式,以减轻疼痛和心理负担。以下是一些常见的应用方法:

①认知行为疗法通过帮助患者认识和改变消极的思维模式来缓解疼痛。护理人员与患者合作,探索患者对疼痛的认知和信念,并帮助他们发展积极的思维模式。通过认知重构和思维转变,患者可以重新评估疼痛的意义和影响,培养更健康的认知方式。

②认知行为疗法还强调应对策略的培养。护理人员与患者一起制定具体的应对计划,帮助他们学习应对疼痛的积极策略。这可能包括深呼吸、放松训练、转移注意力和积极自我对话等技巧。通过积极主动地应对疼痛,患者可以减轻身心的紧张和焦虑感。

③其他心理干预措施也可以为患者提供进一步的帮助。正念练习可以帮助患者培养当下的专注和接受疼痛的能力,减少对疼痛的抵抗和抱怨。放松技术,如渐进性肌肉放松和呼吸练习,有助于缓解身体的紧张和焦虑。想象力疗法可以通过引导患者在想象中创造愉悦和放松的场景,分散疼痛的注意力和提升情绪状态。

3.5 非药物疼痛管理技术

在普外科手术后患者的心理护理中,非药物疼痛管理技术是一项重要的辅助手段。这些技术包括瑜伽、按摩、音乐疗法、温热疗法和分散注意力等。通过选择适合患者的技术,并指导他们正确使用,这些非药物方法可以减轻疼痛感,促进身心放松,提升患者的情绪状态和生活质量。非药物疼痛管理技术的应用为患者提供了全面的疼痛管理支持,有助于他们更好地应对手术后的疼痛,并加快康复进程。

通过以上的心理护理措施,普外科手术后患者的疼痛和心理负担可以得到有效的缓解。护理人员在实施这些护理措施时应根据患者的个体差异和需求进行个性化的护理计划,并持续评估和调整护理效果,以提供最佳的心理护理支持。

4 护理实践中的挑战与策略

4.1 护士的角色和责任

护士应该具备专业的知识和技能,以评估和处理患者

的疼痛和心理状况。他们应该提供有效的疼痛管理和心理支持,同时与其他医疗团队成员合作,以促进患者的康复和心理健康。护士还需要与患者建立良好的沟通和信任关系,以便有效地传达信息和提供情感支持。

4.2 患者个体差异的考虑

护理人员需要充分了解每位患者的独特需求和偏好,以便为其提供个性化的心理护理。这可能涉及使用不同的评估工具、选择适当的心理干预措施和与患者进行个性化的教育和支持。考虑到患者个体差异,护理人员还应灵活调整护理计划,并与患者进行沟通和与合作,以确保护理措施的有效性和满意度。

4.3 多学科合作的重要性

护理人员应与外科医生、疼痛管理专家、心理学家和社会工作者等其他医疗团队成员密切合作。这种合作可以促进信息共享、协调护理计划、整合综合护理措施,并提供全面的护理支持。通过多学科合作,可以最大限度地满足患者的疼痛和心理需求,提高护理效果和患者满意度。

4.4 护理实践中的道德问题

护理人员需要尊重患者的隐私和个人信息保密,并确保护理实践符合伦理标准和法律规定。护士应不断加强自己的道德意识和决策能力,以应对可能出现的道德困境,并与团队成员进行合作,共同解决这些问题。

通过有效应对这些挑战,并采取相应的策略和措施,护理人员可以为普外科手术患者提供全面的心理护理支持。这将有助于减轻患者的疼痛和心理负担,促进他们的康复和心理健康。

5 临床应用与未来方向

5.1 临床应用指南和实践建议

为了促进普外科手术患者疼痛的心理护理,制定和应用临床应用指南和实践建议是至关重要的。这些指南和建议可以为护理人员提供明确的指导,以实施有效的心理护理措施。以下是一些可能的临床应用指南和实践建议:

①发展和使用标准的疼痛评估工具,以评估患者的疼痛强度和性质,并与患者建立有效的沟通渠道。

②提供疼痛管理和心理支持的培训和教育,以提高护理人员的专业知识和技能。

③结合药物治疗和非药物疼痛管理技术,制定个性化的心理护理计划。

④鼓励患者家属的参与和支持,提供家庭教育和资源,以增强患者的康复动力和心理抗压能力。

5.2 未来研究方向和趋势

普外科手术患者疼痛的心理护理是一个不断发展的

领域,还存在许多值得深入研究的方向和趋势。以下是一些可能的未来研究方向:

①探索心理干预措施在普外科手术患者中的长期效果和持续影响。

②研究个体差异对疼痛感受和心理反应的影响,并开发个性化的心理护理策略。

③研究新的非药物疼痛管理技术和创新的心理干预手段,以提供更多选择和可能性。

④探索智能技术和远程医疗在普外科手术患者心理护理中的应用,以改善护理的可达性和效果。

这些研究方向的深入探索将进一步推动普外科手术患者疼痛的心理护理的发展,并为未来的护理实践和临床决策提供更加有效和个性化的指导。

6 结论

普外科手术患者疼痛的心理护理是一个复杂而重要的领域。疼痛对患者的心理健康产生显著影响,而心理护理措施可以提供有效的缓解和支持。评估患者的疼痛和心理状况、提供信息和教育、情感支持和心理疏导、应用认知行为疗法和非药物疼痛管理技术、与患者家属的合作与支持是实施心理护理的重要策略。护士的角色和责任、患者个体差异的考虑、多学科合作的重要性以及护理实践中的道德问题都需要被认真对待。通过临床应用指南和实践建议的制定和应用,以及未来研究的不断推进,我们能够更为普外科手术患者提供更加全面和个性化的心理护理支持,从而改善他们的疼痛体验和促进康复和心理健康。

参考文献

- [1] 徐玲,路守霞.疼痛护理干预对减少普外科患者术后疼痛的疗效探讨[J].养生保健指南,2022(9):25-28.
- [2] 白育红.普外科手术患者术后疼痛的临床护理干预[J].中国保健营养,2022:166.
- [3] 袁亚敏.外科护理干预对术后患者疼痛的临床效果观察[J].中国医药指南,2022,20(21):3.
- [4] 吴娟.疼痛护理干预对减少普外科患者术后疼痛的疗效探讨[J].健康之友,2022:124.
- [5] 施慧媛.心理护理对骨折手术患者术后疼痛的影响研究[J].健康之友,2023(3):4-6.
- [6] 栾田甜.心理护理对骨科四肢骨折术后患者疼痛的价值分析[J].中国伤残医学,2022(3):30.
- [7] 林艺武,卓慧珍,林琴.快速康复外科护理对胃肠外科手术患者疼痛及并发症的影响[J].中国当代医药,2023,30(9):5.
- [8] 付蒙蒙.疼痛护理在脊柱外科手术患者护理中的应用价值分析[J].健康视物显大症野,2022:2935.