维普资讯 http://www.cqvip.com

[参考文献]

[1] 刘仁树,张慧莉,邱泽武. 禁用杀鼠剂中毒与MODS[J]. 中华急诊医学杂志,2001,10(4):283-284.

[2] 何长民. 肾脏替代治疗学[M]. 上海:上海科学技术文献出版社. 1999.193.

[3] 李 斌,文 亮,朗中斌,等. 活性碳和树脂血液灌流救治急性毒鼠强中毒的对比研究[J]. 中华急诊医学杂志,2003,12(9):610-612.

[4] 邓跃林,周利平,孟新科,等. 血液灌流治疗重度毒鼠强中毒的疗效研究[J]. 中华急诊医学杂志,2002,11(4):252-253.

[5] 张松平,丘新才,刘大川,等. 血液灌流治疗毒鼠强中毒的临床探讨[J]. 中华急诊医学杂志,2002,11(6):416.

(编辑:蒋登金)

老年患者疼痛的护理体会

林婉丽 (中南大学湘雅三医院神经内科,湖南 长沙 410011)

[关键词] 护理;疼痛;老年患者
[中图分类号] R47;R441.1 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2007)03-0180-01

随着人口的老龄化,对老年人护理和医疗服务的需求越来越大。在国内,对老年人疼痛的治疗仅有少量小样本病例报道,并未涉及大规模老年人疼痛的评估与处理。国外研究表明,老年人更易患慢性疾病,疼痛在老年人中的发生率很高,却未得到适当的治疗。本文就老年患者疼痛的护理体会报告如下。

1 老年人疼痛的普遍性

疼痛是一种令人苦恼、痛苦的感觉,是个体的身体与心理两方面同时经历的感受,是临床上最常见的症状和体征。因此,处理患者疼痛成为护理人员日常工作中一项重要内容。习惯于用生物学医学模式对待疼痛的护理人员往往只看到药物效应,而忽略护理因素本身对疼痛的影响。因此,充分认识护理因素对疼痛的影响,采取有效的护理对策是不容忽视的问题。老年人疼痛是老年人晚年生活中经常存在的一种症状。在65岁以上的老年人群中,约80%患者至少有一种慢性疾病,较其他年龄段的人群更易诱发疼痛。许多老年人常年都生活在各种疾病的疼痛之中,这不仅严重影响了老年人的生活质量,也大大增加了全社会的负担。因此,老年人疼痛已经成为一个应当关注的普遍性社会问题。

2 老年人疼痛的护理措施

2.1 减轻疼痛的方法

慢性疼痛常常伴随消极的情绪,尤其是老年人,情绪因素起重要作用。因此,对待老年人慢性疼痛,心理治疗尤为重要。首先,医生要与患者建立良好的关系,要多关心他们,使他们感到温暖、可靠,值得信赖。要让患者确信,医生对他们的痛苦是理解的,这样才能使他们情绪稳定、精神放松,可以增强其对疼痛的耐受性。同时,可以采用心理支持疗法来缓解患者的疼痛:如让患者听广播,看有趣的电视节目,与他们进行有趣的谈话,并鼓励家属常去看望,这样可以分散患者对疼痛的注意力,从而有效地减小患者对疼痛的反应。另外,可根据病情鼓励患者适当的活动,并选择合适的锻炼项目,如散步,这类活动即使对有心血管和呼吸系统疾病的老年患者也是有益的。按摩、针刺疗法等对老年人的慢性疼痛也有一定的疗效。指导病人减轻疼痛的方法:① 疼痛时尽量深呼吸,以胸式呼吸为主,减轻腹部压力刺激;②取舒适的体位;③局部轻轻按摩,不可用力,否则易致肿块破裂或扩散;④饮食应选清淡、高蛋白、低脂、无刺激的易消化食物,保持大便通畅,减轻腹胀,以免诱发疼痛。

2.2 老年人疼痛的心理治疗

止痛药物对缓解疼痛固然重要,但精心的护理和心理支持也是缓解疼痛不可缺少的手段。尊重并接受病人对疼痛的反应,建立良好的护患关系。护士不能以自己的体验来评判病人的感受。使用各种止痛药物的同时可配合使用一些干预技术,采取音乐疗法、转移或分散注意力、心理支持、针灸、冷疗、热疗、皮肤刺激等物理疗法。护理人员要鼓励患者和家属的参与,教会一些护理和配合的方法,注意与他们的沟通与交流,建立起可信赖关系,树立起疼痛可控制的信心。解释疼痛的原因、机理,介绍减轻疼痛的措施,有助于减轻病人焦虑、恐惧等负性情绪,从而缓解疼痛压力。通过参加有兴趣的活动,看报、听音乐、与家人交谈、深呼吸、放松按摩等方法分散病人对疼痛的注意力,以减轻疼痛。尽可能地满足病人对舒适的需要,如帮助变换体位,减少压迫;做好各项清洁卫生护理;保持室内环境舒适等。做好家属的工作,争取家属的支持和配合。若患者必须卧床,应尽可能布置环境,如鼓励家属将居室用花、植物和画进行布置,鼓励家属穿颜色鲜艳的衣服,给患者提供音乐和合适的娱乐节目,当疼痛处于最低水平时,协助患者做出每天的活动计划,鼓励患者每天进行一种活动,最好是户外活动。

疼痛护理是一个沉重却又不得不面对的问题,护理老年疼痛病人时,既要让病人学会面对疼痛,又要让病人知道如何减轻消除疼痛。提高老年疼痛病人的生活质量。

(编辑:左艳芳)

[收稿日期] 2006-12-25 [修回日期] 2007-01-25