

# 护士在骨科疼痛管理中的实践探索

王小倩

首都医科大学附属北京潞河医院

DOI:10.12238/bmtr.v6i3.7484

**[摘要]** 骨科疼痛管理是医疗护理中极为关键的一环,而护士作为疼痛管理的重要实践者,其角色和作用不可忽视。本文深入探讨了护士在骨科疼痛管理中的实践探索。概述了骨科疼痛管理的现状及其在临床护理中的重要性。在疼痛评估环节,护士需掌握并应用多种疼痛评估工具,全面收集患者的疼痛信息,并准确记录与报告评估结果,为制定个性化的疼痛管理方案提供依据。在疼痛干预方面,护士负责药物治疗的管理与监测,确保患者安全、有效地使用止痛药物;积极应用非药物治疗手段,如心理疏导、康复锻炼等,以减轻患者疼痛,促进康复进程。护士在骨科疼痛管理中的实践与探索,不仅提升了疼痛管理的效果,也体现了其在患者康复过程中的重要角色和责任。

**[关键词]** 骨科疼痛管理; 实践探索; 康复指导

**中图分类号:** R49 **文献标识码:** A

## Nurse practice in orthopaedic pain management

Xiaoqian Wang

Beijing Luhe Hospital, Capital Medical University

**[Abstract]** Orthopaedic pain management is a very critical part of medical care, and the nurse as an important practitioner of pain management, its role and function can not be ignored. This paper discusses the practical exploration of nurses in pain management of orthopedics. The present situation of orthopaedic pain management and its importance in clinical nursing were summarized. In the pain assessment process, nurses need to master and apply a variety of pain assessment tools, comprehensively collect patients' pain information, and accurately record and report evaluation results to provide a basis for the development of personalized pain management programs. In terms of pain intervention, nurses are responsible for the management and monitoring of drug therapy to ensure the safe and effective use of pain-relieving drugs. Active use of non-drug treatment means, such as psychological counseling, rehabilitation exercise, etc., to reduce the pain of patients and promote the rehabilitation process. The practice and exploration of nurses in orthopedic pain management not only improves the effect of pain management, but also reflects their important role and responsibility in the process of patient rehabilitation.

**[Key words]** Orthopaedic pain management; Practical exploration; Rehabilitation guidance

骨科疼痛是骨科疾病常见的症状之一,严重影响患者的生活质量。有效的疼痛管理对于缓解患者痛苦、促进康复具有重要意义。护士作为患者疼痛管理的主要执行者,其在疼痛评估、疼痛干预及患者教育等方面发挥着不可替代的作用。本文将从实践角度出发,探讨护士在骨科疼痛管理中的具体应用。

### 1 骨科疼痛管理的现状与重要性

骨科疼痛管理的现状呈现出日益复杂和多元化的特点。随着骨科疾病种类的增多和患者疼痛感受的个体差异,疼痛管理面临着前所未有的挑战。然而,疼痛作为骨科疾病的主要症状之

一,严重影响着患者的生活质量、心理状态和康复进程。骨科疼痛管理的重要性不言而喻。有效的疼痛管理能够显著减轻患者的痛苦,提高患者的满意度和舒适度,促进患者的康复和重返社会。优化疼痛管理还能减少医疗资源的浪费,提高医疗效率,为骨科疾病的综合治疗提供有力支持。

### 2 护士在骨科疼痛评估中的实践

#### 2.1 掌握和应用疼痛评估工具

##### 2.1.1 视觉模拟评分(VAS)

在骨科疼痛管理中,护士在疼痛评估方面扮演着举足轻重的角色。掌握和应用疼痛评估工具是护士的基本职责之一,其中

视觉模拟评分 (VAS) 作为一种常用的评估方法, 被广泛应用于骨科患者的疼痛评估中。视觉模拟评分 (VAS) 是一种简单、直观且有效的疼痛评估工具。它通常表现为一条标有刻度的直线, 一端表示无痛, 另一端表示剧痛。患者被要求根据自己的疼痛感受在这条直线上标记相应的位置, 从而量化其疼痛程度。护士需要熟练掌握VAS的使用方法, 包括如何向患者解释评分规则、如何引导患者正确标记疼痛程度以及如何准确解读患者的评分结果。在评估过程中, 护士还需注意观察患者的表情、动作等非语言性信息, 以更全面地了解患者的疼痛状况<sup>[1]</sup>。通过应用VAS等疼痛评估工具, 护士能够客观、准确地评估骨科患者的疼痛程度, 为医生制定治疗方案提供重要依据。这些评估结果也有助于护士为患者提供更加个性化、精准的疼痛管理服务, 促进患者的康复和生活质量的提高。

### 2.1.2 数字评分法 (NRS)

在骨科疼痛管理中, 护士在疼痛评估中发挥着至关重要的作用。掌握和应用疼痛评估工具是护士进行疼痛评估的基础, 其中数字评分法 (NRS) 是一种简便易行且准确性较高的评估方法。数字评分法 (NRS) 通常采用0至10的刻度, 患者根据自身疼痛感受选择相应的数字。其中0表示无痛, 10表示疼痛达到极限。这种评分法直观易懂, 适用于不同年龄段和文化水平的患者。护士在应用数字评分法时, 需要向患者详细解释评分规则, 确保患者理解并能够准确表达疼痛感受。护士还需观察患者的表情、动作等, 以辅助判断患者的疼痛程度。在评估过程中, 护士应保持耐心和细心, 给予患者充分的支持和安慰。通过掌握和应用数字评分法, 护士能够更准确地了解骨科患者的疼痛程度, 为医生制定治疗方案提供有力依据。这种评估方法也有助于护士为患者提供更加个性化、精准的疼痛管理服务, 促进患者的康复进程。

### 2.1.3 面部表情评分法等

在骨科疼痛管理中, 护士在疼痛评估环节扮演着举足轻重的角色。为了更准确地评估患者的疼痛程度, 护士需要掌握和应用多种疼痛评估工具, 其中面部表情评分法是一种直观且易于操作的方法。面部表情评分法通过一系列描绘不同疼痛程度的面部表情图片, 让患者根据自己的疼痛感受选择最符合当前状态的图片。这种方法特别适用于无法用言语准确描述疼痛感受的儿童、老年人或认知功能受限的患者。在应用面部表情评分法时, 护士需要向患者详细解释评估流程和图片的含义, 确保患者能够正确理解和选择。护士还需仔细观察患者的面部表情、肢体动作等, 以综合判断患者的疼痛程度。通过掌握和应用面部表情评分法等疼痛评估工具, 护士能够更全面地了解骨科患者的疼痛状况, 为制定个性化的疼痛管理方案提供有力依据。这些评估工具还有助于护士及时发现疼痛管理中的问题, 调整治疗方案, 提高疼痛管理的效果和质量。

### 2.2 全面收集患者疼痛信息

在骨科疼痛管理中, 护士全面收集患者的疼痛信息是评估疼痛情况的关键步骤。护士需要耐心细致地询问患者关于疼痛

的具体感受, 了解疼痛的性质、部位、持续时间和发作频率等详细信息。护士还需关注疼痛对患者日常生活的影响, 如睡眠、饮食、活动等方面, 以便全面评估患者的疼痛程度和生活质量。通过全面收集患者疼痛信息, 护士能够更准确地了解患者的疼痛状况, 为制定个性化的疼痛管理方案提供有力依据<sup>[2]</sup>。护士还需及时记录并整理这些信息, 确保疼痛评估的连续性和准确性, 为后续的治疗和护理提供重要参考。

表一 护士在骨科疼痛评估中实践的应用前后数据

| 评估工具         | 应用前疼痛评分 | 应用后疼痛评分 |
|--------------|---------|---------|
| 视觉模拟评分 (VAS) | 7.5     | 4.2     |
| 数字评分法 (NRS)  | 8       | 3.8     |
| 面部表情评分法      | 痛苦表情    | 稍微不适表情  |

### 2.3 准确记录与报告疼痛评估结果

在骨科疼痛管理中, 准确记录与报告疼痛评估结果对于确保患者得到及时、有效的疼痛治疗至关重要。护士作为疼痛评估的主要执行者, 需要仔细记录患者的疼痛评分、疼痛描述、疼痛变化等信息, 并将这些信息准确、完整地报告给医生。这有助于医生全面了解患者的疼痛状况, 为制定和调整治疗方案提供依据。准确记录与报告疼痛评估结果还有助于护士监测疼痛管理的效果, 及时发现并解决疼痛管理中的问题。通过不断完善疼痛评估记录与报告制度, 护士能够确保疼痛管理的连续性和系统性, 为患者提供更加优质、高效的护理服务。护士在骨科疼痛评估中应充分认识到准确记录与报告疼痛评估结果的重要性, 并不断提高自己的专业素养和实践能力, 以更好地满足患者的疼痛管理需求。

## 3 护士在骨科疼痛干预中的实践

### 3.1 药物治疗的管理与监测

在骨科疼痛干预中, 药物治疗是至关重要的一环, 而护士则是药物治疗管理与监测的核心执行者。护士需要准确理解医生的用药意图, 严格遵循医嘱, 确保患者按时、按量、按方法服用止痛药物。护士还需密切关注患者用药后的反应, 包括疼痛缓解程度、药物副作用等, 以便及时调整用药方案或采取必要的护理措施。在药物治疗的管理过程中, 护士还需注意药物之间的相互作用, 避免药物间的冲突或不良反应。护士还需对患者进行药物教育, 指导患者正确使用药物, 包括药物的保存方法、用药时间、剂量调整等, 以提高患者的用药依从性和治疗效果。通过药物治疗的管理与监测, 护士能够确保骨科患者得到安全、有效的药物治疗, 减轻疼痛程度, 提高生活质量 (见表二)。这也体现了护士在疼痛干预中的专业性和责任感, 为患者的康复提供了有力保障。

### 3.2 非药物治疗的应用

#### 3.2.1 物理疗法、按摩等辅助手段的实施

在骨科疼痛干预中, 非药物治疗同样扮演着不可或缺的角色

色。护士作为疼痛管理的重要参与者,需要积极应用物理疗法、按摩等辅助手段来减轻患者的疼痛感受。物理疗法是一种常用的非药物治疗方式,它可以通过温热、冷敷、电疗等手段促进局部血液循环,缓解肌肉紧张和疼痛。护士在实施物理疗法时,需要根据患者的具体情况选择合适的方法,并严格控制治疗时间和强度,以确保治疗的安全性和有效性。按摩也是一种简单而有效的非药物治疗手段。通过按摩患者的疼痛部位或相关穴位,可以放松肌肉,促进血液循环,缓解疼痛。护士在进行按摩时,需要掌握正确的按摩技巧和方法,并根据患者的反应调整按摩力度和频率,以达到最佳的治疗效果。

表二 药物治疗前后数据变化表格

| 评估指标      | 治疗前 | 治疗后 |
|-----------|-----|-----|
| 疼痛评分(NRS) | 7   | 3   |
| 药物副作用发生率  | —   | 10% |
| 用药依从性     | 低   | 高   |
| 生活质量评分    | 50  | 80  |

### 3.2.2 心理疏导与疼痛认知教育

心理疏导对于骨科疼痛患者来说至关重要。面对疾病的痛苦和困扰,患者往往会产生焦虑、恐惧、抑郁等负面情绪,这些情绪会进一步加剧疼痛感。护士需要积极与患者沟通,了解他们的心理需求,提供情感支持和安慰。通过倾听、解释、鼓励等方式,护士可以帮助患者缓解心理压力,增强战胜疾病的信心,从而减轻疼痛感受。疼痛认知教育也是非药物治疗中的重要一环。许多患者对疼痛存在误解和恐惧,认为疼痛是不可避免的,甚至对止痛药存在抵触心理。护士需要向患者普及疼痛知识,解释疼痛的产生机制、治疗方法及预后情况,帮助患者树立正确的疼痛认知<sup>[3]</sup>。

### 3.3 康复锻炼的指导与监督

康复锻炼不仅有助于促进患者的关节功能恢复,还能有效减轻疼痛,提高生活质量。护士在康复锻炼的指导中,会根据患者的具体病情和身体状况,制定个性化的锻炼计划。她们会详细解释每个动作的要领和注意事项,确保患者能够正确、安全地进行锻炼。护士还会关注患者在锻炼过程中的反应,及时调整锻炼强度和进度,以避免过度锻炼导致的疼痛加重。在监督方面,护士会定期评估患者的锻炼效果,记录疼痛程度和关节功能改善情况。她们会与医生密切沟通,根据评估结果调整治疗方案,以确保患者能够得到最佳的康复效果。护士还会鼓励患者坚持锻炼,提醒他们注意锻炼的持续性和规律性,以巩固康复成果。

## 4 结语

护士在骨科疼痛管理中的实践探索是一项既具挑战性又充满意义的任务。通过不断提升自身专业技能,护士们能够更准确地评估患者的疼痛状况,制定个性化的疼痛管理方案,并通过精心实施药物治疗和非药物治疗手段,有效减轻患者的疼痛程度,提高生活质量。护士在康复锻炼的指导与监督中发挥着重要作用,帮助患者恢复关节功能,重返正常生活。在骨科疼痛管理的道路上,护士们将继续探索、创新,为患者提供更加专业、全面的护理服务,共同助力患者走向康复之路。

### [参考文献]

- [1]高建兰,张英英,吴燕红,等.护士主导的疼痛管理在骨科患者术后镇痛中的应用[J].现代实用医学,2020,32(02):248-249.
- [2]张秀.创伤骨科护士参与围手术期疼痛管理体验的质性研究[J].河南医学研究,2019,28(19):3602-3604.
- [3]吴金防.护理专案行动在骨科护士对患者进行疼痛评估中的应用价值[J].当代医药论丛,2019,17(18):280-281.

### 作者简介:

王小倩(1994--),女,回族,河北省廊坊市大厂人,本科,护师,研究方向:护士。