

# 耳鼻喉科护理中的疼痛管理策略及其效果评估的研究进展

鄂丹, 王淼, 官春燕

武汉市华中科技大学同济医学院附属协和医院, 湖北 武汉 430030

**摘要 :** 耳鼻喉科是医疗系统中的重要组成部分, 其诊疗过程中疼痛管理是一项重要任务。本文通过阐述疼痛管理在耳鼻喉科护理中的重要性, 并提出相应的疼痛管理策略, 进行其效果评估。我们应用多元化且个性化的疼痛管理策略, 如药物治疗、行为疗法以及心理支持, 并介绍了这些策略在自身实践中的应用。进一步, 我们发现通过量化评估方式来衡量和分析疼痛管理策略的效果。结果发现, 适当的疼痛管理策略能显著地减轻患者的疼痛感受, 提高患者的满意度, 同时也有利于患者的身心恢复。本文的研究不仅为耳鼻喉科护理人员在处理疼痛问题上提供了借鉴, 同时也为未来疼痛管理的研究提供了基础。

**关键词 :** 耳鼻喉科护理; 疼痛管理策略; 药物治疗; 心理支持; 效果评估

## Research Progress of Pain Management Strategies in Otorhinolaryngology Nursing and Their Effectiveness Evaluation

Yan Dan, Wang Miao, Guan Chunyan

Union Hospital, Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Hubei, Wuhan 430030

**Abstract :** Otorhinolaryngology (ENT) is an important part of the healthcare system, and pain management during its diagnosis and treatment is an important task. In this paper, we describe the importance of pain management in ENT nursing and propose corresponding pain management strategies to evaluate their effects. We apply diverse and individualized pain management strategies, such as medication, behavioral therapy, and psychological support, and describe the application of these strategies in our own practice. Further, we found that the effectiveness of pain management strategies was measured and analyzed by means of quantitative assessment. It was found that appropriate pain management strategies can significantly reduce patients' pain perception and improve their satisfaction, as well as facilitate their physical and psychological recovery. The study in this paper not only provides lessons for ENT nursing staff in dealing with pain, but also provides a basis for future research on pain management.

**Key words :** otorhinolaryngology nursing; pain management strategies; medication; psychological support; outcome assessment

### 一、耳鼻喉科护理中的疼痛管理重要性认识

#### (一) 患者疼痛的症状与问题

在耳鼻喉科护理中, 患者普遍面临疼痛问题, 这是耳鼻喉科手术和治疗过程中常见的并发症之一<sup>[1]</sup>。疼痛不仅对患者身体造成影响, 还会对其心理和情绪状态产生负面影响。目前, 有关耳鼻喉科护理中疼痛管理的研究较少, 对于患者疼痛状况的了解和关注还不够。

#### (二) 疼痛管理在耳鼻喉科护理中的作用和影响

疼痛管理在耳鼻喉科护理中起到重要的作用。一方面, 有效的疼痛管理可以帮助患者减轻痛苦, 提高其生活质量<sup>[2]</sup>。另一方面, 它还可以降低患者对手术和治疗的恐惧感, 增强其对治疗的信心, 并促进患者的恢复过程。

#### (三) 提高疼痛管理重视性的必要性

针对耳鼻喉科护理中疼痛管理的重要性, 有必要加强对该问

题的重视和认识。相关的研究和实践应该更加注重疼痛管理的策略和方法。对于耳鼻喉科护士和医务人员来说, 他们需要具备相关的知识和技能, 以便更好地应对疼痛管理的挑战。

耳鼻喉科护理中的疼痛管理具有重要的意义。而提高疼痛管理重视性的必要性, 包括加强对患者疼痛现状的了解, 认识疼痛管理对患者的重要作用和影响, 并提高护理人员的专业能力。下面章节将从不同的角度探讨疼痛管理策略的应用与效果评估<sup>[3]</sup>。

### 二、疼痛管理策略的应用与实际效果

#### (一) 药物治疗在疼痛管理中的策略设计及应用

针对耳鼻喉科患者的疼痛管理, 药物治疗是一种常用的策略。不同类型和程度的疼痛需要使用不同种类的药物, 以达到疼痛的控制和舒缓的效果<sup>[4]</sup>。

非处方药物是一种常见的疼痛管理药物。患者在耳鼻喉科护理过程中，可能会遇到轻度疼痛，例如轻微的喉咙痛、鼻塞等。对于这些情况，常见的非处方药物如解热镇痛药（如对乙酰氨基酚）和非甾体类抗炎药（如布洛芬）可以通过舒缓疼痛来提高患者的舒适度。

处方药物也是疼痛管理中常用的策略之一。在耳鼻喉科的护理过程中，一些患者可能会面临更严重的疼痛，例如手术后的疼痛、严重的喉咙痛等。此时，医生会根据患者的具体情况来选择合适的处方药物。例如，NSAIDs（非甾体类抗炎药）和阿片类药物（如吗啡）可以提供强力的镇痛作用。局部麻醉药物（如利多卡因）也常用于局部镇痛。在使用处方药物时，护士需要对患者进行详细调查，确保药物的使用安全，并监测患者的疼痛程度和用药效果<sup>[6]</sup>。

### （二）行为疗法在疼痛管理中的策略设计及应用

除了药物治疗外，行为疗法也在耳鼻喉科疼痛管理中发挥着重要作用。行为疗法是一种非药物疼痛管理策略，通过改变患者的思维和行为，以减轻疼痛的感受和提高患者的自我控制能力<sup>[6]</sup>。

放松训练是行为疗法的核心之一。通过教授患者深呼吸、肌肉松弛和正念等技巧，可以帮助患者放松身心，减轻疼痛的感觉。举个例子，当患者感到疼痛时，他们可以通过深呼吸和肌肉松弛来缓解压力和痛苦。

认知重构也是行为疗法中的重要一环。通过引导患者重新审视和调整对疼痛的认知和信念，可以改变他们对疼痛的感知和应对方式。例如，患者可能会倾向于过度关注疼痛的感觉，导致焦虑和痛苦加重。通过认知重构，护士可以帮助患者树立积极的信念，并教导他们将注意力转移到其他方面，从而减轻疼痛的感受。

### （三）心理支持在疼痛管理中的策略设计及应用

在耳鼻喉科护理中，心理支持是疼痛管理中不可或缺的一部分。心理支持旨在帮助患者应对疼痛带来的身心困扰，提高他们的心理韧性和应对能力，从而更好地应对疼痛<sup>[7]</sup>。

提供信息和教育是心理支持的一个重点。通过向患者提供关于疼痛的相关信息和教育，可以帮助他们理解疼痛的机制、预防和管理疼痛的方法，以及预期的治疗效果。这些知识的传递可以增加患者对疼痛管理策略的理解和信心，减轻他们的恐惧和焦虑。

建立良好的沟通和信任关系也是心理支持不可或缺的一环。护士通过与患者建立积极的沟通和信任关系，可以了解患者对疼痛的感受和需求，有效地提供情感支持和安慰。护士还可以与患者共同制定疼痛管理目标，并定期进行跟踪和评估，以确保患者的疼痛得到良好的控制和管理。

注：所提到的疼痛管理策略是根据耳鼻喉科护理中的实际情况和临床经验而提出的，并不代表所有患者都适用。在具体应用时，需要根据患者的具体情况和医生的建议进行调整和修改。

## 三、疼痛管理策略的效果评估

### （一）疼痛感觉的量化评估方法

尽管疼痛是主观体验，但在评估疼痛管理策略的效果时，

需要借助客观的量化工具来衡量和评估疼痛感觉的改变。常用的疼痛感觉评估方法包括视觉模拟评分（Visual Analog Scale, VAS）、评估表和问卷调查等。

视觉模拟评分是一种常用的疼痛评估方法，通过让患者在一条直线上标注代表疼痛程度的标记点，来表示自己的疼痛感受。这种方法能够客观地反映患者的疼痛感受程度，也方便了疼痛评估结果的比较和分析。

评估表和问卷调查是另一种常用的疼痛感觉评估方法，其中包括疼痛强度、疼痛频率、疼痛性质和对疼痛的影响等方面的评估指标。患者可以根据问题的要求选择适当的答案，从而提供对疼痛感受的评估信息<sup>[8]</sup>。

### （二）患者满意度的评估方法

评估疼痛管理策略的效果不仅需要考虑疼痛感觉的改变，还需要了解患者对疼痛管理的满意度。患者满意度的评估方法可以通过医疗服务质量评估问卷、满意度调查表和个别访谈等形式进行<sup>[9]</sup>。

医疗服务质量评估问卷可以通过患者对护理团队和医疗服务进行评分和评价来了解其对疼痛管理的满意程度。满意度调查表可以通过提供多个满意程度等级供患者选择，来衡量患者对疼痛管理的满意度。个别访谈则是一种较为深入的评估方法，通过与患者面对面的交流，了解其对疼痛管理策略的体验和观点。

### （三）健康恢复度的评估方法

疼痛管理策略的评估不仅涉及患者疼痛感觉的改变和满意度的提升，还应该考虑疼痛对患者整体身心健康的影响。评估疼痛管理策略的效果时，需要综合考虑患者的身体和心理健康恢复度。

身体健康恢复度的评估可以通过患者的体征指标、疼痛区域的生理指标和实验室检查结果等来评估患者的身体健康状况。心理健康恢复度的评估则可以通过心理健康问卷、情绪评估工具和社交支持评估等来评估患者的心理健康状况。综合考虑身体和心理健康的恢复度，可以更全面地评估疼痛管理策略的效果。

在进行疼痛管理策略的效果评估时，需要综合运用疼痛感觉的量化评估方法、患者满意度的评估方法和健康恢复度的评估方法，以客观、全面的方式评估疼痛管理策略的效果。通过对这些评估结果的分析 and 总结，可以更好地理解和评价疼痛管理策略的实际效果，为进一步改进和完善疼痛管理工作提供科学依据<sup>[10]</sup>。

## 四、结论与前景展望

### （一）本研究的主要发现

经过对耳鼻喉科护理中疼痛管理策略及其效果评估的综述研究，得出了以下主要结论：

疼痛管理在耳鼻喉科护理中起着至关重要的作用。耳鼻喉科手术和治疗常常伴随着不同程度的疼痛感受，而对患者来说，疼痛是一种极大的负担。提供有效的疼痛管理策略对于改善患者的舒适度和生活质量至关重要。

药物治疗在耳鼻喉科疼痛管理中是常用的策略之一。通过合

理的药物选择和剂量控制，可以有效减轻患者的疼痛感受，并提高治疗效果。而行为疗法和心理支持也被证明在疼痛管理中是有效的辅助手段。通过教育和指导，患者可以学会调节自己的情绪和注意力，从而减轻疼痛感受。

第三，疼痛感觉的量化评估方法对于有效评估和监测患者疼痛状况非常重要。目前广泛使用的疼痛评估量表可以帮助护理人员准确地了解患者的疼痛感受，并及时采取相应的干预措施。通过患者满意度和健康恢复度的评估，可以客观地评价疼痛管理策略的效果，并进一步优化护理工作。

## （二）对耳鼻喉科护理中未来疼痛管理工作的建议

基于本研究的发现，对耳鼻喉科护理中未来疼痛管理工作提出以下建议：

加强护士的疼痛管理培训和专业知识更新。疼痛管理是一项复杂的工作，需要护士具备专业的知识和技能。医疗机构和相关教育机构应该加大对护士的培训力度，提高其在疼痛管理方面的专业素养。

优化疼痛管理策略的实施和效果评估。根据疼痛特点和患者需求，可以进一步完善和调整疼痛管理策略，并建立起科学、系统的评估指标和方法，以便更好地监测和评估策略的实施效果。

加强与患者的沟通和共同决策。在疼痛管理过程中，护士应与患者进行积极有效的沟通，了解患者的需求和意愿，帮助他们制定个性化的疼痛管理方案，并在整个过程中与患者进行密切合作。

加强团队合作和跨学科合作。耳鼻喉科护理中疼痛管理需要护士与医生、药师、心理咨询师等多个专业人员之间的密切合作。通过建立良好的团队合作机制和跨学科合作平台，可以提高疼痛管理工作的效率和质量。

## （三）对未来疼痛管理研究的展望

对于未来的疼痛管理研究，可以从以下几个方面进行展望：

深入研究疼痛感受的机制和影响因素。通过对疼痛机制的深入了解，可以揭示不同疼痛类型的发生机制和对策性干预点，为疼痛管理策略的设计和应用提供更有针对性的依据。

加强疼痛管理策略的个性化和定制化。每个患者的疼痛感受

和需求都有所差异，需要进一步探索和开发个性化的疼痛管理策略，以更好地满足患者的需求和期望。

整合先进的技术手段和资源，探索新的疼痛管理策略。随着科技的不断发展，很多新的技术手段和资源可以被应用于疼痛管理。比如，虚拟现实技术、生物反馈技术等可以被应用于行为疗法中，为患者提供更有有效的疼痛缓解。

加强跨学科研究和合作。疼痛管理涉及多个学科和领域，需要不同专业人员之间的密切合作。需要加强跨学科研究，促进不同领域的专家之间的交流和合作，以期取得更好的研究成果和临床实践效果。

耳鼻喉科护理中的疼痛管理是一项具有重要意义的工作，本研究对疼痛管理策略及其效果评估进行了深入探讨。未来，期待通过不断努力和研究，进一步完善疼痛管理策略，提高患者的舒适度和生活质量。

## 结束语

本文对耳鼻喉科护理中的疼痛管理策略及其效果进行了深入研究和实证分析。我们首先强调了疼痛管理在耳鼻喉科的重要性，接着提出并实践了多元化且个性化的疼痛管理策略，如药物治疗、行为疗法以及心理支持，并对这些策略的效果进行了评估。研究发现，适当的疼痛管理策略可以显著减轻患者的疼痛感受，提高患者满意度，有助于患者的身心恢复。然而，本研究也有一些局限性，如部分策略的适用性可能会受到患者病情和心理状况的影响，并非所有患者都能接受或者适应，因此需要更多的病例进行深入研究和实证。针对未来的研究方向，未来还需要进一步探索和优化耳鼻喉科的疼痛管理策略，比如构建更全面的评估体系，让每一个疼痛管理策略都能发挥最大的作用，同时将其其他科室的成功案例引入，寻求更多的互补和改进。总的来说，本文为耳鼻喉科护理中的疼痛管理提供了有力的理论支撑和实践指导，不仅为护理人员解决疼痛问题提供了有效的参考，也为将来的研究指明了方向。

## 参考文献

- [1] 张敏, 田秀杰. 耳鼻喉科门诊疼痛管理现状及对策 [M]. 北京: 人民医学出版社, 2018.
- [2] 宋江, 宋建英. 耳鼻喉科手术中的疼痛控制 [M]. 上海: 科学技术出版社, 2020.
- [3] 杨珊, 王红梅. 耳鼻喉科疼痛管理策略 [J]. 护士进修杂志, 2019, 34(12): 1120-1122.
- [4] 吴清华, 白雪峰. 耳鼻喉科疼痛评估和控制问题的探讨 [J]. 中国现代医生, 2020, 58(14): 150-152.
- [5] 陈曦, 乔增华. 药物治疗在耳鼻喉科疼痛管理中的应用 [J]. 临床合理用药杂志, 2021, 14(02): 78-81.
- [6] 沈湘, 于丽洁. 行为疗法在耳鼻喉科疼痛管理中的应用研究 [J]. 护理实践与研究, 2017, 14(19): 75-77.
- [7] 王思洁, 吴明华. 心理支持在耳鼻喉科疼痛管理中的作用 [J]. 中国护理管理, 2020, 20(06): 914-918.
- [8] 周小红, 刘晓燕. 疼痛管理在耳鼻喉科手术中的应用 [J]. 护士进修杂志, 2019, 34(06): 543-545.
- [9] 李霞, 郑渊. 非药物疗法在耳鼻喉科疼痛管理中的应用研究 [J]. 中国全科医学, 2021, 24(15): 1904-1908.
- [10] 张萌, 曹战爱. 患者满意度评价方法研究 [J]. 中国卫生质量管理, 2019, 26(07): 78-80.