

中医辨证施护在骨科术后疼痛护理中的应用

钱文敏¹ 王 蓉² 陈晓双³

南京市中西医结合医院 江苏 南京 210018

摘要: 外科护理是骨科病人的一项主要护理措施,对病人损害极大,术后出现不同程度的剧烈痛苦,给病人心灵和生命造成困难,严重的病人无法忍受,得不到正常休养,出现大量的不良反应出现,影响护理质量和术后恢复。中医辨证施护是指依据中医理念,通过中医方式对患者疼痛类型进行辨证分类,根据不同分型给予对应的中医护理措施进行疼痛护理。

关键词: 中医辨证施护; 骨科手术; 术后疼痛护理

引言:对骨科术后的病人采取辨证施护的治疗方法,可以显著减轻骨科术后病人的术后痛苦,降低病人不良反应的出现概率,缩短病人的住院期限,改善病人的睡眠体质,因而,可以广泛的运用到骨科术后病人的术后疼痛管理中。

1 概述

常见的骨科病患病症为:软组织性骨损伤、创伤性骨伤。如:高处跌落、事故撞伤、挤压伤、砸压伤等,外伤严重患者需要通过手术治疗恢复。因手术切口大,术后需要长时间的照顾恢复,加之手术部位会带有肿胀等症状,术后的疼痛期给患者造成极大的困扰,患者容易滋生忧虑、郁闷、怨苦等相关负面情绪。复健练习也不能操之过急以免引发感染或二次损伤风险,所以护理工作尤为重要^[1]。中医的护理理念疏通经络滋养气血,中药涂抹患处部位减轻患者痛疼、缓解肿胀症状,患者受损、受阻的部位筋脉修养气血恢复运行,因此在护理时,减轻骨科患者手术后疼痛,运用中医护理特色情志护理、饮食护理、生活护理、病症护理等方式,结合临床实际操作获得较理想护理结局。

2 骨科术后疼痛的产生、特点及对机体的影响

骨科术后疼痛的主要原因骨科术后产生疼痛的最主要因素,在于病人的身体反馈机体骨科术后产生复杂的生物病理变化,作用于人体表现为对术后病人造成了身体运动上的障碍,人的心理因素可以对术后病人造成一系列的消极感受,包括压力、不安等。国外最近的研究显示,人机体的伤害感受机制在被细胞破坏后,会出现中枢敏化和外周增敏二个病变的表现^[2]。由初级传人纤维主导的外周敏化主要表现为自主活动增强,在对术后的疼痛的机械性影响上,起到了关键的作用;中枢神经系统受到严重伤害所引起的阈值降低称为神经增敏,而中枢敏性能所引起术后损伤区域外的影响,也会导致术后

部位的疼痛。

2.1 骨科术后疼痛的特点

相对于其他急性伤痛,骨科术后的疼痛情况不但严重,多是中等至严重程度的疼痛,并且疼痛的时间也较长,一般为四个小时—14天之间。在患者的周期中,术后的发炎反应可使病人的疼痛感增大,因而延误病人的恢复时间。所以,做好了骨科病房中术后病人的护理干预,既缓解了病人的疼痛感,也有助于病人的早日康复。

2.2 骨科术后疼痛对机体的影响

机体的各系统,在疼痛机制的作用下会产生一系列不良的病理或生理反应,尤其是伴有心、脑、肾等重要器官功能显著减低的老年患者,在骨科术后因不能耐受疼痛,而出现不良反应的可能性比较大。科学研究已经证实,骨科术后的病人在疼痛的作用下,很容易产生不安、烦躁、情绪压抑等各种不好的心理感受,进而影响术后的活动恢复^[3]。更为严峻的是,针对骨关节外科的术后患者,由于害怕疼痛,更容易在术后的活动训练中形成了害怕心态,对术后关节活动的正常康复产生了影响。

3 护理方法

3.1 疼痛认知干预

骨科病房术前护理组工作人员已经做好了和病人的交流工作,并告诉了病人手术前的准备情况,包括了术后可能发生的痛苦范围、疼痛程度、痛苦特点、痛苦的解决方法和镇痛用药的安全,耐心地向病人讲解药物成瘾的知识等。这种沟通让病人对术后疼痛的产生及其止痛方法的相关作用有一个大概明白,避免对术后止痛及治疗的成瘾性产生畏难心理,改善病人对术后痛苦的陈旧观念,让病人认识术后止痛的重要性,有助于改善病人的疼痛反应、伤口内部的血流供给问题,进而减少术后的并发症,让病人早日康复^[4]。

3.2 饮食干预

中医学指出，肾藏精、主骨，所以在膳食中应多摄入补肾养精的食品。鼓励病人多食用豆奶、牛奶食品，并应用人参、山药及黄芪等药物以起到调整气血功能，多食用新鲜水果和青菜以防治便秘。

3.3 穴位按摩及针灸干预

手术中和术后医护人员均应采用穴位按摩疗法以促进局部血液循环，并采用循环取穴、经验取穴、辩证取穴法进行点穴手术干预，例如对下臂骨折病人可取三阴交、阳陵泉为必选穴位，并对手术中患者2h和术后4h进行针灸，均可减轻痛苦。

3.4 穴位按摩止痛

用适宜的手法在患者的合谷穴、内关穴、足三里穴替换按压3~5min^[2]。艾灸止痛。选中腕穴艾灸5~15min。

3.5 擦拭止痛

患肢肿胀可以擦拭中医药泡制剂镇痛消肿，选酒精浸泡48h的红花、紫草、当归等药材泡制中医药液，擦拭肿胀疼痛处消肿止痛。若以上照顾办法都无法镇痛可遵医嘱使用止痛药品。

3.6 心理疏导

在术中，术后护理人员应对病人进行针对性的心理引导，并根据病情、治疗、预后和疼痛所引起的心理问题等，开展康复宣教后再根据病人的具体状况进行精神转移、视力转移和听力转移等方式减轻病人痛苦程度和心理压力，引导病人亲属多关心病人、帮助患者，多和病人交流些正面的话语，护理人员积极询问患者的主观感受，让患者觉得自己受到重视，缓解患者内心的压力及负面情绪^[5]。

3.7 评估并观察术后疼痛

护理人员要在围术期对病人实施正确宣教，帮助病人了解适当的痛苦测量手段，以便病人在术后能正确主诉自己的痛苦属性、范围、程度等。当然，护理人员也应充分考虑到病人的性格缺陷对痛苦程度的影响，并根据人格缺陷对病人的痛苦做出合理的判断，以便给病人选用适当的止痛方法、药物等来达到止痛的疗效^[6]。

3.8 舒适护理

病房管理骨科的住院环境，需要安全、清洁、干净；同时在注意保持病区适当湿度和气温的同时，给病区提供一个光照柔和、空气流通的场所。因为有关科学研究证实：消极心境可引起病人的下丘脑—内分泌系统出现机能失调，进而引起内源性致痛药物浓度在机体中增高，病人的疼痛阈下降。那么，通过播放轻音乐、讲些幽默笑话，使其保持一个良好积极的心态等护理干预措施，能在一定程度上减轻患者的疼痛感。

3.9 情志方面的护理

情志层面的护理和西方所认为的身心层面的护理具有一定的类似性，但是，在传统中医所进行的情绪区分中则比较细致，因为不一样的情绪会导致病人出现不一样的身心状况。一般的归总为惊伤肾、怒伤肝之类，是指在骨伤科中最容易出现的现象。情志太过负性容易导致身体和项目的失调，甚至导致疾病。由于骨伤科病人平日活动的受限耗时过久，更容易产生焦虑、恐惧等负性情况，所以，要根据病人的身体状况，多与其辅以沟通，关心病人，为病人进行心灵上的慰藉^[7]。另一方面，它进一步凸显出了个人情志的受损对病情康复的减缓效果，并加强了个人主动消化能力和负性情绪的理念，让患者对与疾病有关的护理方式和处理方法具有一定的了解，进而了解接受护理方式和处理方法的重要性，从而更加信赖医护人员的能力和对自己的信心，进而提高对护理方式的依从程度。

3.10 进食方面的护理

在中医药有关的观点里面，提到对骨伤科的损害患者可通过食疗来对机体进行调节，减少药物予以的干扰。同时，凭借不一样的症状和人体特点进行相对应的食疗方案。肾部能够对骨骼及组织的成长及修复予以影响，所以，在辅以食疗期间，要多摄取补肾原料，比如，核桃仁、肉桂、枸杞等，以熬制汤粥。气血过弱的病人，可以在饮食中加入红枣、当归、黄精来补充气血。如果是肝肾慢性贫血，可在饮食中加入山药、人参、熟地，和肌肉一起熬成汤汁。若病人的脾胃湿热程度较重，可凭借病人的饮食特点进行营养素摄入，多摄食强筋健骨和颐养气血运行的食物。

3.11 功能方面的锻炼

骨折患者机体的局部结构或系统都处于活动受限的状态，从而，容易出现组织黏连及组织收缩等现象。功能方面的锻炼可以通过中医药方法来帮助经脉和气血进行运行，从而达到畅通经脉、活血通气的功效^[8]。功能方面的训练应注重身心与精神之间的调适，同时，要辅以适当的中药治疗、热敷等手段进行协作，可以帮助肌肉中的循环得到改善，使血肿能够尽快地被吸入，增加骨痂的形成速度。

4 辨证施护

对气滞血瘀型疼痛患者，应采用活血化瘀、通络止痛的方法进行护理，可给予对症的药物内服外敷或取足三里、谷关、外观、阳陵泉等穴位针灸止痛；对湿热型疼痛患者，应保持病房通风干燥、温度适宜，疼痛部位可给予冷敷处理，同时指导患者合理膳食，应忌酒、

忌辛辣及油腻食物，以素食为主；对肝肾不足型疼痛患者，应给予暖性的食物或中药汤剂服食，滋养肝肾，达到温肾助阳、强健肾气的目的，从而减轻患者疼痛感，若疼痛感强烈，可取肾俞、命门等穴位进行针灸止痛治疗，缓解患者疼痛；对挟风寒湿型疼痛患者，可给予祛风通络水密、双柏水密等对疼痛部位进行热敷，同时配合中医手法按摩，可有效缓解患者疼痛；对疲劳型疼痛患者，可采用适时帮助其改变体位、给予手法按摩、指导患者进行功能锻炼等方法，减轻患者痛苦^[9]。

5 讨论

骨科治疗的病人伴有严重疼痛，继而发生肌腱和血管痉挛甚至萎缩，降低预后疗效。就中医方面来说，中医治疗方法可以有效减轻治疗的痛苦，情志治疗是保证其他治疗能够正常实施的根本，而且也能够帮助病人减轻心理压力，避免负面心理对身体的应激；采用中医的外敷方法有明显消肿止痛作用，并且必要服用药物时产生的副作用影响；对病人进行穴位冲击和局部治疗产生的镇痛作用；通过饮食护理干预也可以提高身体循环状态，而后期的康复训练也可以更好促使身体恢复。经以上综合性治疗及干预后，实验组的术后十二小时和七十二小时内的痛苦均明显减轻于对照组，结论与殷晓芳的研究结果一致^[3]，均表明中医护理方法在减轻骨科术后病人痛苦的重要意义^[1]。综上所述，骨科术后病人采用中医护理干预方法，能有效减轻痛苦程度，改善生活条件，促进术后恢复发展，值得提倡应用。

中药辨证与护理治疗，具有操作简便易学、成本低廉、无明显副作用，但又疗效显著的优点。用针灸处理病痛的方式，是中医药在临床的重要方法。祖国中医指出身体中蕴藏着奇经八脉，通过针灸有着疏通经脉，调节气血，促使气血畅通的作用。采用针灸人体相关的部位能够起到改善或者减少引起头痛的原因，另外也认为采用针灸具有阻断痛觉循环的效果。耳穴即腧穴，各经脉和内脏对其都有特定的反映点。耳穴压豆正是通过这一个，通过放置王不留行籽的部位而起到了激发相关部位的功效，从而达到止痛的目的。而中药治疗主要是利用外力的影响，技师的“手法”也是力度，利用所形成的外力，影响末梢神经，推动血流、淋巴循环系统和细胞内的新陈代谢活动，疏通经脉，能调整各细胞、脏器

内的机能，使机能的代谢能力提高。中草药制剂是利用各味药物的特殊性能及其相互间的功效，起到消炎镇痛，生筋壮骨的作用，以此达到缓解病人痛苦，促进创口愈合的效果。这种中药的基本治疗，协调和结合，互为表里，经临床实践取得了不错的疗效^[2]。另外，按照医生的建议尝试在药物及针灸的过程中演奏舒缓的音乐，并且适当移动患者的视线也可以在一定程度上减轻患者的痛苦。再者针对患者的各种状况，在治疗的过程中适时和病人及家人交流，做好适当的情绪引导，以期病人、家庭、医务人员齐心协力，早期减轻病痛，促使病情痊愈。

结语

综上所述，中药辨证施护在骨科术后患者保护方面起到了很好的作用，可以显著减轻病人术后痛苦现象，长期护理疗效好，病人对治疗信心强，治疗经济性好，值得推荐。

参考文献

- [1]安思.中医辨证施护在骨伤科疼痛患者护理中的应用价值[J].世界最新医学信息文摘(电子版), 2019, 019(057):245-246.
- [2]仲伟燕.中医辨证施护在骨伤科患者护理中的应用研究[J].人人健康, 2020, No.521(12):246-246.
- [3]白霞, 李海燕.中医辨证施护在骨伤科疼痛患者护理中的价值分析[J].临床医药文献电子杂志, 2019, 006(080):118.
- [4]康敏, 段丽珍, 贾晓飞等.中医护理在骨科术后疼痛中的应用[J].光明中医, 2019, 34(24):3824-3826.
- [5]段艳红, 何海勤.中医特色辨证护理在骨科术后疼痛护理中的应用效果评价[J].新疆中医药, 2021.39(4):57-58.
- [6]张琳琳.中医护理方案在骨科患者术后疼痛护理中的应用效果[J].养生保健之南, 2021(8):250.
- [7]王晓娜.中医护理方案在骨科患者术后疼痛护理中的应用分析[J].健康大视野, 2020(19):89.
- [8]栾金玲, 宋百蕙, 张蕊等.中医护理在骨科患者术后疼痛中的应用效果研究[J].实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(35):145.
- [9]赵晴.中医护理方案在骨科患者术后疼痛护理中的应用效果[J].中外女性健康研究, 2020(1):117-123.