

基础护理中疼痛管理的最佳实践策略研究

潘鑫

西安思源学院，陕西省西安市，710038；

摘要：基础护理中的疼痛管理对提升护理质量与患者体验意义重大。目前，疼痛管理在评估准确性、干预多样性、多学科协作、信息化应用及教育培训等方面存在不足，如评估不够精准、干预手段有限、学科协作不紧密、信息化运用不充分、培训体系不完善。为此，专业人员提出涵盖精准评估、多元干预、强化多学科协作、借助信息化支持及完善教育培训体系的优化策略。实践证明，这些策略显著提升了疼痛管理效果，增强了患者满意度，未来疼痛管理将向精准、个性、智能方向迈进，结合多学科融合与技术创新为患者提供更优质护理服务。

关键词：疼痛管理；基础护理；最佳实践；护理质量；患者体验

DOI:10.69979/3029-2808.24.12.013

引言

在现代医疗护理体系里，基础护理中的疼痛管理对改善患者体验与提升护理质量意义重大。但目前疼痛管理实践面临不少难题，评估缺乏精准性、干预手段较为单一、多学科协作程度欠佳、信息化应用相对滞后以及教育培训体系不够健全，这些都直接干扰了疼痛管理效果与患者康复进程。深入探究优化疼痛管理的实践策略并推进其临床应用，对提升整体护理水平极为关键。本次研究旨在剖析现状、给出可行方案并展望未来走向，为临床护理实践提供理论支撑与实践指导。

1 基础护理疼痛管理现状剖析

在现代医疗护理体系中，基础护理疼痛管理作为极为关键的构成部分，其核心目的是凭借科学有效的方式减轻患者疼痛感受，提升患者舒适度与康复质量。然而当下基础护理疼痛管理的实施状况存在诸多急需改进之处。就疼痛评估环节而言，尽管临床护理实践已引入多种疼痛评估工具，但护理人员在实际应用中，无论是评估准确性还是一致性均存在不足。部分护理人员对疼痛评估工具理解不够深入，使得评估结果主观性较强，难以精准反映患者真实疼痛程度，而且疼痛评估的频率与时机也不能完全满足患者需求，特别是在夜间或患者病情变化时，评估的及时性易受影响。

在疼痛干预层面，基础护理的疼痛管理措施多以药物治疗为主，非药物干预手段应用较少。护理人员在实施疼痛干预时常常过度依赖医生医嘱，缺乏主动且个性化的设计。对于心理疏导、放松训练等非药物干预措施，护理人员因培训不足，导致这些措施在临床应用不广泛

^[1]。护理团队内部对疼痛管理的重视程度参差不齐，部分护理人员受传统观念影响，将疼痛当作疾病过程中的自然现象，忽视疼痛管理重要性，这种认知偏差可能使护理人员在疼痛管理中积极性不高，最终影响整体护理质量。在多学科协作方面，基础护理疼痛管理的协同性亟待进一步加强，以更好地为患者提供全面且优质的疼痛管理服务。

疼痛管理涵盖护理、医生、康复治疗师等多专业领域，可实际工作中各学科间沟通与协作机制尚不完善，护理人员在疼痛管理时与医生缺乏及时反馈和沟通，致使疼痛管理措施无法依据患者状况及时调整。护理教育和培训方面，疼痛管理知识的培训内容和方式有缺陷，当下护理培训多侧重理论，缺少实践操作与案例分析结合，致使护理人员实际工作中难以灵活运用知识，且培训的持续性和更新性不足，未能及时纳入疼痛管理领域新成果和临床实践指南。

2 现存疼痛管理问题与挑战

在基础护理领域，疼痛管理实践虽有一定进展，却仍面临众多急需解决的问题与挑战。疼痛评估精准性不足是关键问题，护理人员在众多疼痛评估工具的实际应用中存在盲目选择和使用情况，致使评估结果难以精准反映患者疼痛程度，且未充分重视评估的动态性及个体化差异，部分病情变化患者难以及时获得准确评估，进而影响后续干预有效性。疼痛干预措施单一同样是重大挑战，临床过度依赖药物治疗，心理疏导、物理疗法等非药物干预未被充分运用，既无法满足患者多样需求，还可能因药物副作用增多影响康复进程，而护理人员对

非药物干预掌握有限、缺乏系统培训与实践指导,进一步限制其应用。

多学科协作方面,疼痛管理协同性欠佳,虽涉及护理、医生、康复治疗师等多专业领域,但各学科沟通机制不完善,信息传递延迟或不准确,护理人员与医生缺乏及时反馈沟通,导致疼痛干预措施调整不及时,难以构建有效多学科协作模式。疼痛管理信息化水平低,临床护理中疼痛评估与干预记录多靠手工填写,数据整合分析效率低,无法实时监控与动态评估疼痛管理效果,既加重护理人员工作负担,又可能造成数据丢失或不完整,影响疼痛管理科学性与连续性,且疼痛管理教育与培训体系存在缺陷,当前护理教育中相关知识培训内容分散,缺乏系统性与针对性。

在当前基础护理疼痛管理所构建的培训体系当中,其培训方式大多以理论讲授作为主要手段,然而这种较为单一的教学模式暴露出了显著的局限性。在培训进程里,护理人员虽接触到了大量的理论知识,可由于在培训环节严重缺乏实践操作与案例分析与之相结合的部分,使得他们在将所学知识转化为实际临床技能这一关键环节上遭遇阻碍。如此所产生的知识与实践的脱节现象,致使护理人员在面临复杂多样且动态变化的疼痛管理场景时,无法做到灵活自如地运用所掌握的知识,而这一状况最终对疼痛管理工作的质量以及所能够达成的实际效果造成了不良影响。与此培训的持续性存在不足,这也成为了制约护理人员实现专业成长的一个至关重要的因素。须知疼痛管理领域始终处于持续发展的进程当中,新的研究成果以及临床实践指南源源不断地涌现出来,但是现有的培训体系却未能及时有效地将这些不断更新的内容纳入到既定的教学计划之中。

3 优化疼痛管理的实践策略

在疼痛评估环节,要通过定期的专业培训与实践指导,提升护理人员对评估工具的理解和运用能力,使其能依据患者病情特点、身体耐受度、过往病史等具体状况,精准选用合适的评估工具,准确记录疼痛性质(如刺痛、胀痛、隐痛)、强度(轻、中、重度)及持续时间等关键信息,并构建动态评估机制,保证患者病情变化或疼痛感受波动时可及时重新评估,为后续干预提供依据。面对疼痛干预措施单一的问题,需构建多元化干预体系。从药物种类选择、剂量确定、用药间隔、联合用药等方面优化药物治疗方案,保障药物使用合理、

安全,避免过度依赖单一药物或剂量不当;大力推行心理疏导(通过与患者沟通缓解不良情绪)、放松训练(如深呼吸、冥想)、物理疗法(热敷、冷敷、按摩)等非药物干预措施,根据患者个体差异和需求制定个性化干预计划,将药物与非药物措施有机结合,提升疼痛管理整体效果。

在多学科协作方面,不断的去完善沟通协调机制,组建以患者为中心的多学科疼痛管理团队,明确各医护人员的职责分工,加强彼此间信息共享与反馈,定期开展联合查房和病例讨论,依据患者病情变化及时调整疼痛管理方案,形成协同高效的疼痛管理模式。并引入电子病历系统和疼痛管理软件,实现疼痛评估数据实时记录与动态分析,方便护理人员快速获取患者疼痛信息并及时调整治疗方案,进行数据统计分析,为疼痛管理持续改进提供更方便科学的依据。

在疼痛管理培训中要果断舍弃传统单一理论讲授模式,转而采用理论与实践结合的多元化教学。借模拟训练与案例分析,让护理人员在仿真场景练习评估和干预技能,运用虚拟现实(VR)技术提升培训趣味性与实效性。构建持续教育机制,定期更新培训内容,融入最新研究成果、临床指南及新兴技术^[3]。通过学术讲座、在线课程和工作坊为护理人员打造持续学习平台,全面评估培训效果以优化内容与方法,助力提升疼痛管理水平为患者服务。

4 实践策略的案例验证与效果分析

为验证优化疼痛管理实践策略的有效性,选定某综合性医院多个临床科室作为研究对象开展为期数月的实践。在实际护理工作中应用前期提出的优化策略并系统收集相关数据,以评估其在疼痛管理中的真实效果。在疼痛评估方面,引入标准化疼痛评估工具并结合动态评估机制,使护理人员能够依据患者个体状况,如病情特点、疼痛耐受程度等,更精准地记录疼痛部位、性质、强度及持续时间等信息。数据显示,优化后的疼痛评估准确率大幅提升,患者疼痛评估在及时性与完整性上显著改善,为后续疼痛干预提供可靠依据,有效避免因评估不准确导致的干预偏差。

在疼痛干预实施中,多元化干预体系构建成效显著。药物治疗与非药物干预有机结合,依据患者对药物的反应及个体需求调整药物剂量与种类,减少药物使用剂量和副作用。通过心理疏导缓解患者因疼痛产生的焦虑、

恐惧等不良情绪,借助放松训练如深呼吸、冥想等帮助患者放松身心,运用物理疗法像热敷、冷敷、按摩等减轻疼痛,显著提升患者舒适度与满意度,进一步增强疼痛管理整体效果。多学科协作机制完善对疼痛管理影响积极^[4]。组建多学科疼痛管理团队,明确护理人员负责日常疼痛监测与患者沟通、医生进行专业诊断与制定治疗方案、康复治疗师开展康复相关干预的职责分工,使护理人员与医生、康复治疗师等专业人员沟通更顺畅、信息传递更及时准确,依据患者病情变化、治疗进展等具体情况及时调整疼痛管理方案,提升疼痛管理的科学性与有效性。

5 未来基础护理疼痛管理的发展方向

随着医学技术与护理理念的持续革新,基础护理疼痛管理朝着精准化、个性化、智能化方向加速发展。为满足患者不断增长的健康需求,未来疼痛管理将更注重多学科融合创新。在疼痛评估上,借助生物医学工程技术开发更精准的可穿戴式疼痛监测传感器等设备,实时捕捉患者心率、皮肤电反应等生理指标变化,为疼痛评估提供客观依据;疼痛干预将依据患者基因特征、生理状态和心理需求,量身定制精准治疗方案。非药物干预手段会得到更广泛应用,例如通过虚拟现实(VR)技术,为患者营造沉浸式体验场景,有效缓解疼痛并提升心理舒适度;中医护理技术如针灸、推拿等也将与现代医学技术深度结合,形成特色鲜明的中西医结合疼痛管理模式。

并且信息化技术深度可以与物联网、大数据、人工智能深度融合,实现疼痛管理全程信息化监控,通过数据分析实时掌握管理效果、及时发现潜在问题,为护理人员提供决策依据,使其更好地应对疼痛管理工作,为患者提供更优质服务。

6 结语

基础护理疼痛管理优化是涵盖多方面的系统性工程,包括通过先进工具和方法实现评估精准化,将药物与非药物干预结合达成干预多元化,整合护理、医疗、康复等多领域力量形成协作多学科化,运用电子病历系统等实现信息化应用。实践已证实这些优化策略显著提升了临床疼痛管理效果,为患者带来优质护理体验。未来,随着技术进步与理念更新,疼痛管理会向精准化、个性化、智能化发展,多学科融合创新是关键驱动力。持续完善教育与培训体系,让护理人员掌握前沿知识技能,积极开展国际化交流引入先进经验,将为护理实践注入新活力,助力基础护理疼痛管理水平不断提升。

参考文献

- [1]周永华,邹晓霞.基础护理管理在妊娠糖尿病患者护理中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2023,2(09):131-133.
- [2]周永华,邹晓霞.基础护理管理在妊娠糖尿病患者护理中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2023,2(09):131-133.
- [3]张丽华.基础护理与细节化护理在神经内科护理中的应用[J].中国卫生标准管理,2022,13(05):169-172.
- [4]史清秀.基础护理服务在妇科临床护理中的应用[J].人人健康,2020,(13):201.
- [5]张丽芝.基础护理服务+综合护理服务在结核病临床护理中的应用效果[J].中国农村卫生,2020,12(11):42-43.

作者简介:潘鑫、男、(2000.01.19)、汉、籍贯:贵州省毕节市、本科、22级护理学专业