



高等院校数字化融媒体特色教材
护理学专业创新人才培养系列教材



疼痛 护理学

PAIN MANAGEMENT NURSING

童莺歌 田素明◎主 编

系统介绍疼痛护理
操作理论和技术

配教学二维码
39个微课



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS
浙江大学出版社

高等院校数字化融媒体特色教材
护理学专业创新人才培养系列教材

疼痛护理学

主 编 童莺歌 田素明

副主编 刘冬华 赵 云 刘敏君

陈佳佳 董明芬 李云霞



ZHEJIANG UNIVERSITY PRESS

浙江大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

疼痛护理学 / 童莺歌, 田素明主编. —杭州: 浙江大学出版社, 2017. 11

ISBN 978-7-308-17537-1

I. ①疼… II. ①童… ②田… III. ① 疼痛—护理学
IV. ①R473

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 252585 号

疼痛护理学

童莺歌 田素明 主编

策划编辑 阮海潮(1020497465@qq.com)

责任编辑 阮海潮

责任校对 陈静毅 丁佳雯 王安安

封面设计 续设计

出版发行 浙江大学出版社

(杭州市天目山路 148 号 邮政编码 310007)

(网址: <http://www.zjupress.com>)

排版 杭州中大图文设计有限公司

印刷 杭州杭新印务有限公司

开本 787mm×1092mm 1/16

印张 17.75

字数 443 千

版印次 2017 年 11 月第 1 版 2017 年 11 月第 1 次印刷

书号 ISBN 978-7-308-17537-1

定价 49.00 元

版权所有 翻印必究 印装差错 负责调换

浙江大学出版社发行中心联系方式: 0571-88925591; <http://zjdxcs.tmall.com>

高等院校数字化融媒体特色教材 护理学专业创新人才培养系列教材

编委会名单

编委会主任 曹梅娟

编委会副主任 陶月仙

编委(按姓氏拼音排序)

范亚峰	付伟	洪少华	来红
李冬梅	钱英	孙曙青	童莺歌
汪胜	王薇	王晓蕾	吴育红
尹萍	袁晓红	张晶	张丽萍
章彩芳	朱碧华	朱雪娇	

《疼痛护理学》

编委会

- 主 编 童莺歌 田素明
- 副主编 刘冬华 赵 云 刘敏君
陈佳佳 董明芬 李云霞
- 秘 书 成 燕
- 编 委 丁群芳、刘文珍(浙江省肿瘤医院)
王秀清(齐齐哈尔医学院护理学院)
王凯峰、朱春芳(杭州师范大学附属医院)
王建意(湖北省肿瘤医院)
王婷婷(南京大学医学院附属鼓楼医院)
田素明、刘敏君、李云霞、姚林燕、楼国东、沈宏丹、蒋小芳、
乔世娜(浙江大学医学院附属邵逸夫医院)
成 燕、付丽萍(浙江省人民医院)
毕东军(浙江省台州医院)
刘玉平、王 丹(徐州医科大学附属医院)
刘冬华、任春光(聊城市人民医院)
孙丽华(贵州医科大学附属医院)
杨 柳(皖南医学院护理学院)
何 苗(北京大学人民医院)
张晓兰(浙江省中医院)
陈 易(乐山职业技术学院)
赵 云、羊 波(江苏省肿瘤医院)
赵杰蓉(江苏大学附属昆山医院)
胡亚丽(重庆医科大学附属第二医院)
栗彦伟(河南省肿瘤医院)
彭竹竹(中南大学湘雅医院)
彭莉萍(深圳市南山区人民医院)
董明芬(宁波市鄞州人民医院)
董玲娜(宁波大学医学院附属医院)
童莺歌、陈佳佳、柴 玲、章彩芳、刘苗苗(杭州师范大学医学院)
黎晓艳(丽水学院)

高等院校数字化融媒体特色教材 护理学专业创新人才培养系列教材

出版说明

2016年3月公布的《中华人民共和国经济和社会发展第十三个五年规划纲要》专门用一章来系统阐述推进“健康中国”建设的重大决策部署,提出全面深化医药卫生体制改革、健全全民医疗保障体系、提升基层医疗卫生服务能力、加强重大疾病预防和基本公共卫生服务、加强妇幼卫生保健及生育服务、完善医疗服务体系等,这就需要一大批高素质、创新型、能力强、知识结构立体化、能胜任各种医疗卫生保健任务、在各类各层次健康服务机构工作的护理专业人才作为支撑,对高等院校护理专业人才培养改革提出了内容广泛的研究课题。同时,也使护理专业的学生具有广阔的就业前景。

为了满足“十三五”时期社会对高素质护理专业人才的需求,在相关部门的协助和支持下,编委会在调研各兄弟院校、各级医疗卫生机构的基础上,并充分领会教育部、国家卫生计生委相关文件精神,同时结合护理学专业教学特点、综合的知识结构、前沿的健康理念、开放的工作场景和丰富的知识体系,认识到迫切需要组织编写一套适应“健康中国”建设需要、适应医疗卫生事业发展、能够反映社会对护理专业人才培养质量要求的规划教材,将教师多年教学成果进行总结、出版,切实提高护理学的教学质量,为学生胜任一线工作夯实基础。

本系列教材的编写特色如下:

1. 指导思想。本系列教材是一套理论基础扎实,以实践能力培养为核心,以创新型护理专业人才培养所必需的知识体系为要素,吸收现代医学发展的最新成果。

2. 编写目标。以培养具有良好的敬业精神和职业道德、扎实的临床基本技能、较强的实践能力的护理专业人才为目标。

3. 能力培养。注重建立以学生为主体、教师为主导的新型教学关系,促进学生从记忆型、模仿型向思考型、创新型转变。

4. 数字化融媒体。知识点呈现深入浅出,表达形式活泼。利用“互联网+”技术建设立方书教学平台,以嵌入二维码的纸质教材为载体,将教材、课堂、教学资源三者融合,实现线上线下结合的教学模式,读者只要用手机扫描“二维码”,就可以随时随地学习和查阅,做到边学习、边操作,给人以形象生动、易学易懂的直观感受。

这套精心策划、认真组织编写和出版的系列教材得到了广大从事护理专业教学和研究的教师的大力支持,希望能对培养具有不断创新的能力、适应社会发展需要的复合型护理专业人才做出应有的贡献。

《护理学专业创新人才培养系列教材》编委会

序

一

It is a great privilege and honor to write the forward for Pain Management Nursing. Nursing by definition is a caring and compassionate profession. Inherent in that care and compassion is the obligation of every nurse to reduce pain and suffering. The editors have worked diligently to bring together scientific evidence and best nursing practice to guide and support all nurses.

为本书作序,我感到莫大荣幸。护理是一项照护、关爱他人的职业,其职业内涵规定了缓解患者的疼痛是每位护士的基本职责。本书的编写团队勤勉工作,向读者们呈现了疼痛护理领域的循证及最佳实践信息。本书的出版,将为疼痛护理实践提供指导,为临床护士提供支持。

The field of pain management is dynamic and growing with new knowledge. The editors and authors have put together a single source of useful and important information on the physiology, assessment, and management of pain. Chapters address pain in special populations, acute pain, chronic pain, and cancer pain. Updated information on assessing pain and opioid induced sedation and pain's impact on patients' emotional health and ability to perform basic daily activities is covered. Pharmacological and nonpharmacological interventions for treating pain are presented. As in all areas of nursing we continuously strive to improve the quality care we provide to patients experiencing pain. There is a chapter on quality improvement specific to pain management. The editors also included information on programs from outside of China that have had significant impact on pain management nursing. In the not too distant future, hospitals throughout China may have Pain Resource Nurse Programs and Advanced Practice Nurses, and I have witnessed the importance and value of both these for improving pain care. A comprehensive book such as this involves an incredible amount of work to ensure the material is accurate, up to date, and applicable at the point of care.

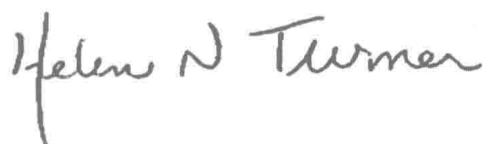
疼痛管理是一门充满活力的学科,并随着新知识的产生不断成长。本书的编写团队已经将解剖、评估和管理方面实用性强且十分重要的信息整合在一起。内容涵盖了特殊人群及急、慢性和癌症疼痛的管理,涉及了疼痛评估、阿片类药物引发的镇静反应、疼痛对患者心理健康及日常活动能力影响等,介绍了疼痛的药物和非药物干预措施。此外,和其他护理领域一样,疼痛护理也需要持续开展质量改进工作,因而本书专门设有一章阐述疼痛管理的质量改进。再者,本书还介绍了对中国疼痛护理产生较大影响的国外项目信息;我已经见证了疼痛资源护士项目及高级实践护士角色对提高疼痛管理质量的重要作用;相信在不久的将来

来,越来越多的中国医院会开展这些项目。总之,本书涉及面广,上述知识点都有详尽的阐述。编写团队为之付出了大量心血,以确保本书内容的准确性、新颖性及实用性。

I want to thank the editors and authors for their unwavering commitment to provide this invaluable resource for the nurses of China. This book is a critical tool and resource for nurses dedicated to improving the lives of people affected by pain.

在此,我向本书的编写团队表达我的谢意。他们通过不懈努力,为中国护士提供了宝贵的学习资源。对于有志于从事疼痛护理,希望通过护理改善疼痛人群生活质量的护士而言,本书是重要的工具及学习资源。

Helen N. Turner, DNP, APRN, PCNS-BC, AP-PMN, FAAN
Past President of the American Society for Pain Management Nursing
Clinical Nurse Specialist, Assistant Professor
Pediatric Pain Management Center, Anesthesiology & Peri-Operative Medicine
Doernbecher Children's Hospital/Oregon Health & Science University School of Nursing



序

二

人类力争免于疼痛伤害的历史与人类发展史一样悠久,但是将疼痛作为疾病,设立专科门诊,开展诊疗仅有 70 余年时间。1973 年,国际疼痛研究学会(International Association for the Study of Pain, IASP)成立,标志着疼痛医学已成为临床医学的一个新领域。1989 年,中华疼痛研究会(Chinese Association for the Study of Pain, CASP)成立,极大地促进了疼痛医学在中国的发展。2007 年,卫生部 227 号文件规定:在《医疗机构诊疗科目名录》(卫医发〔1994〕第 27 号文附件 1)中增加一级诊疗科目“疼痛科”,代码“27”。2011 年,卫生部要求在各级医疗机构开展规范化癌痛治疗示范病房创建活动。在强有力的政策支持下,经过广大疼痛医学专业人员的不懈努力,我国疼痛医学的基础研究和临床诊疗均有了突飞猛进的发展。

疼痛是患者就诊的最常见原因,亦是患者最常见的主诉。近年来,随着“免于疼痛是基本人权”“疼痛是第五生命体征”以及“慢性疼痛是一种疾病”等理念的日益普及,创建“无痛医院”和提供“舒适化医疗服务”已成为各级医疗机构的努力方向。疼痛管理涉及临床多个学科,护理是多学科疼痛管理团队的重要成员,其工作内容包括疼痛评估、病情监测、疼痛治疗医嘱的执行、疗效评价以及患者和家属的健康教育等。疼痛护理工作是疼痛管理不可或缺的组成部分,没有高质量的疼痛护理,就没有高质量的疼痛管理。

综观国内,疼痛医学诊疗方面的专著和译著已有不少,而疼痛护理方面的书籍尚非常少见。童莺歌副教授、田素明医师及其他疼痛护理和诊疗专家在多年疼痛护理和诊疗的临床实践、教学及科研的基础上,参阅国内外疼痛护理的最新进展,精心编撰了《疼痛护理学》。本书共约 44 万字,分为 11 章,结合临床案例,系统且深入浅出地阐述了疼痛的解剖和生理、疼痛的评估、疼痛治疗的常用药物、疼痛的非药物治疗、疼痛与心理护理、急性疼痛的护理、慢性疼痛的诊疗与护理、癌症疼痛的护理、特殊人群的疼痛护理及疼痛护理质量管理等内容。本书不仅可以用作医学院校疼痛护理教学的教科书,更是广大护理工作非常实用的临床疼痛护理工作的参考书。

通读本书,可以感受到编者们对疼痛护理学科的热爱,以及他们为此付出的巨大努力。本书是疼痛护理学方面不可多得的一本好书,它的出版和发行一定会极大地促进我国疼痛护理临床、教学及科研工作的进一步提升。

21 岁
liu yan qing

中华医学会疼痛学分会主任委员

序 三

It is with great pleasure that I introduce this valuable resource for Health Professionals written by Associate Professors Yingge Tong and Suming Tian. They have brought great experience of contemporary Pain Medicine practice gained through over a decade of close collaboration and educational exchange with Australian Pain Medicine colleagues, both in China and in Australia.

我感到很荣幸能向各位医务工作者介绍这本由童莺歌副教授和田素明医师主编的高品质专业书籍。他们两位在过去的十年间与澳大利亚的疼痛医学同道们有着紧密的合作及交流,他们无论在澳大利亚还是中国的当代疼痛医学领域,都称得上实践经验丰富。

The practice of Pain Medicine has flourished over the last decade. The advent of many new medications have revolutionized pain pharmacotherapy as well as reducing previously heavy reliance on opioids. Pain pharmacotherapy has also assumed a new role in juxtaposition to non pharmacological therapies with the result that patients are now more successfully managed with a biopsychosocial approach. Staff caring for hospital inpatients and outpatients are better able to enquire about pain intensity and interpret how function, sleep, mood and personal relationships can influence pain. In addition to this, health professionals from multiple disciplines are better able to assess pain and collaborate to provide more focused multidisciplinary assessments that form the basis for better pain management.

疼痛医学在过去的十年间得到了快速发展。许多新药的问世颠覆了疼痛的药物治疗方法,同时也降低了以往疼痛治疗过程中对阿片类药物的高度依赖性。当前,在疼痛的治疗中,非药物干预被提到了与药物干预同等重要的位置,生物、心理、社会干预方法在患者中也得到了更成功的应用。门诊及住院患者的照护者能更恰当地评估患者的疼痛强度,并更透彻地理解患者的功能状况、睡眠、情绪及人际关系对疼痛的影响。此外,多学科合作不仅有助于更好地评估患者的疼痛,而且有助于提供以多学科疼痛评估为基础的更好的疼痛管理。

Yingge Tong and Suming Tian's book has reflected all of these important advances in the assessment and management of patients affected by pain with the result that health professionals in China are now able to access up to date information. The 11 chapters cover anatomy, physiology, evaluation, pharmacotherapy, nonpharmacologic therapy as relates to nursing, as well as pain in the postoperative period, cancer and cancer related chronic setting.

由童莺歌和田素明主编的本书已囊括了疼痛评估和治疗领域的所有上述重要进展。阅读此书,有助于中国的医务人员获得最新的信息。本书共有 11 章,包括了与疼痛护理相关的解剖、生理、评估、药物治疗、非药物干预知识,以及术后疼痛、癌症和非癌症慢性疼痛的护理。

It is exciting to contemplate the impact that this modern resource will have for the practice of Pain Medicine in China, disseminating the wealth of experience of these dynamic Authors.

本书是中国疼痛护理实践的最新资源;通过本书,编写团队将与读者们分享他们在疼痛管理方面的丰富经验。考虑到本书将带给中国疼痛护理的积极影响,令人备受鼓舞。

Alex Konstantatos

Specialist Anaesthetist
Head of Pain Services
Alfred Hospital, Melbourne

Visiting Professor
University of Zhejiang
School of Medicine

Senior Lecturer
Monash University
School of Medicine, Nursing and Health Sciences



前

言

记得十年前,也就是在 2007 年 10 月,当医院任命我为“疼痛管理高级临床专科护士”时,我所做的第一件事情就是跑遍杭城的图书馆及各大书店(那时网购还不太便捷),寻找疼痛护理专业书籍。结果喜忧参半,我抱回了一摞疼痛医学专业书籍,却没有找到一本与疼痛护理相关的书。我只能借助阅读国外文献,打开通往专业之路的第一扇窗。至今我还能清晰地回忆起当年从 PubMed 上疯狂下载数百篇文献并如饥似渴地阅读它们的情景。那些年,由于现实工作的迫切需求,建立、编撰、完善护士疼痛知识培训资料及医院疼痛管理制度,是我必须面对的一个挑战。由于缺乏合适的参考用书,我们只能依据网络资料及散落于疼痛医学书籍中零星的疼痛护理内容,“拙妇”硬为“无米之炊”。2009 年和 2010 年,适逢去澳大利亚和美国之机,购回一叠好书。虽因此致行李超重,却甘之如饴,内心充满了得到好书的欣喜。2012 年 9 月,我转至杭州师范大学医学院任教,在疼痛护理临床实践的基础上,进一步拓展教学和科研思路。职业的变迁,令我对疼痛护理的热爱越发为甚。不过,内心却从未敢滋生出编书的念想。

真正萌生编书构想是在 3 年之前,和圈内人小聚,大家感慨国内适用的参考用书太少。感同身受之余,忽觉对专业的热爱应落实在促进优质疼痛护理的实践上。遂与一帮同道一拍即合,定下编书之约。3 年来,编书“工程”之浩大,任务之艰巨,远超最初的想象,其间书稿几近夭折,所幸一帮“痴人”凭着对专业的热爱,最终坚持了下来。

本书编写的指导思想为:体现疼痛护理学科特点,并秉承教材编写的“科学性、先进性、开放性、研究性、实践性”。在章节的设置上,本书突出了疼痛护理学科知识体系。第二至第六章涵盖了疼痛的解剖和生理基础、疼痛评估、镇痛药物、非药物治疗、疼痛与心理等通用基础知识;在此基础上,根据临床疼痛护理的情境,编写急性、慢性、癌症疼痛护理,特殊人群的疼痛护理及疼痛管理质量(第七、八、九、十、十一章)5 章。本书的另一特色为书中融入了编写团队多年的临床研究成果,如活动性疼痛评估、镇静反应程度评估、疼痛资源护士项目、疼痛管理质量评价等。此外,本书还引入了国外疼痛管理的最新理念和进展,如国外疼痛管理质量评审标准、疼痛护理专业的发展等。

本书主要为三类读者而写:第一类读者为广大的临床护理同仁。疼痛是门诊及住院患者最常见的不适症状,希望本书能成为广大护理工作非常实用的参考用书。第二类读者为医学院校护理学专业学生。希望护生们通过系统地学习本书,初步具备疼痛护理的基础

知识和技能。第三类读者为有志于从事疼痛护理教学的临床护士及护理专业教师。本书提供了 39 个微课教学视频,希望能成为疼痛护理教学人员有益的教学用书。

本书的编写,得到了长期从事疼痛诊疗工作的田素明医师及全体编写人员的辛勤付出及通力合作。《疼痛护理学》的出版,归功于全体编委。

此外,我们很荣幸地邀请到了中华医学会疼痛学分会主任委员刘延青教授、美国疼痛护理学会前任主席 Turner 教授和澳大利亚 Alfred 医院疼痛中心主任 Dr. Konstantatos 为本书作序,在此,向他们致以诚挚的谢意。

本书的编写得到了广大同仁的帮助和支持,浙江大学出版社的编辑也为此书的出版付出了辛勤的劳动,在此谨致以真诚的感谢。

由于自身专业能力和学术水平有限,书中难免有错误和疏漏之处,恳请广大读者谅解并惠予指正。

童莺歌

2017 年 10 月

目 录



CONTENTS

第一章 绪 论 1

- 第一节 疼痛医学的发展 /1
 - 一、人类早期对疼痛的认知和实践 /1
 - 二、近代对疼痛医学的探索 /2
 - 三、现代疼痛医学的发展 /2
- 第二节 疼痛护理学科的发展 /3
 - 一、国外疼痛护理学科的发展 /3
 - 二、我国疼痛护理学科的发展 /5
- 第三节 护士在疼痛管理中的作用 /6
 - 一、护士是患者疼痛状态的主要评估者 /6
 - 二、护士是止痛措施的具体落实者 /6
 - 三、护士是其他专业人员的协作者 /7
 - 四、护士是疼痛患者及家属的教育者和指导者 /7
 - 五、护士是患者权益的维护者 /7
- 第四节 疼痛护理学的学习方法 /7
 - 一、以“以人为本”的整体护理理念为指导 /7
 - 二、掌握基础理论 /7
 - 三、理论联系实际 /8
 - 四、加强学科间的联合和协作 /8
 - 五、发扬学术创新精神 /8

第二章 疼痛的解剖和生理 10

- 第一节 疼痛的解剖 /10
 - 一、伤害性感受器和传入纤维 /10
 - 二、痛觉传导通路 /11
 - 三、疼痛整合中枢 /12
 - 四、痛觉调制系统 /14
- 第二节 疼痛的生理及病理生理学 /15

- 一、疼痛的分类 /15
- 二、疼痛的外周机制 /17
- 三、疼痛的中枢机制 /21

第三章 疼痛评估 27

第一节 疼痛评估的对象、方法和内容 /28

- 一、疼痛评估的意义 /28
- 二、疼痛评估的对象 /28
- 三、疼痛评估的方法 /28
- 四、疼痛评估的要素 /29

第二节 自我报告型疼痛评估工具 /31

- 一、常用的单维疼痛评估工具 /31
- 二、单维疼痛评估工具的使用方法 /33
- 三、多维疼痛评估工具 /34

第三节 行为疼痛评估工具 /39

- 一、儿童疼痛评估工具 /40
- 二、认知障碍患者的疼痛评估工具 /41
- 三、成人危重症患者的疼痛评估工具 /43

第四章 疼痛治疗的常用药物 52

第一节 解热抗炎镇痛药 /53

- 一、解热抗炎镇痛药概述 /53
- 二、NSAIDs 的药理作用 /53
- 三、NSAIDs 的不良反应 /54
- 四、NSAIDs 的禁忌证 /55
- 五、NSAIDs 应用注意事项 /55

第二节 阿片类镇痛药 /60

- 一、阿片类镇痛药分类 /61
- 二、阿片类镇痛药的临床药理 /61
- 三、阿片类镇痛药的不良反应 /62
- 四、阿片类镇痛药的禁忌证 /62
- 五、阿片类镇痛药的注意事项 /63

第三节 其他用于镇痛治疗的药物 /70

第五章 疼痛的非药物治疗 77

第一节 非药物镇痛的基本知识 /77

- 一、非药物镇痛治疗的作用 /77

二、如何选择和使用非药物镇痛治疗方法	78
第二节 音乐疗法	79
一、临床应用	79
二、注意事项	79
第三节 分散注意力疗法	79
一、分散注意力疗法的相关概念	79
二、分散注意力策略类型	80
三、分散注意力疗法的操作方法	81
四、注意事项	81
第四节 意象法	82
一、定 义	82
二、实施技巧	82
三、意象法的适用对象和禁忌者	83
第五节 经皮神经电刺激	83
一、经皮神经电刺激相关知识	83
二、TENS 的临床应用及禁忌证	84
三、TENS 操作时的注意事项	84
第六节 冷疗法和热疗法	85
一、冷疗法	85
二、热疗法	87
第七节 中医疼痛治疗及护理	88
一、痛证的病因辨证	89
二、治疗痛证的辨证立法原则	90
三、中医治疗疼痛的方法及护理	90

第六章 疼痛与心理 96

第一节 疼痛与心理之间的关系	96
一、疼痛的心理学研究	97
二、影响疼痛的心理社会因素	98
第二节 疼痛的心理评估内容和常用心理评估方法	100
一、疼痛患者的心理评估内容	100
二、疼痛患者的心理评估方法	101
第三节 疼痛的心理干预技术	105
一、心理护理技术	106
二、心理治疗技术	106

第七章 急性疼痛的护理 116

第一节 概 述	117
---------	-----