

骨科护理

骨伤病人心理护理的点滴体会

湛江市霞山骨伤科医院 刘艾玲

骨伤病人多数因意外事故,发病突然、强烈或病程日久而产生不同程度的紧张、痛苦、恐惧、忧郁、焦虑甚至愤怒的情绪,此时“告之以其败,语之以其善,导之以其便,开之以其所苦”(《内经》)。就是说要了解病人的精神状态,让病人对病情有所了解和认识,对病人的消极情绪给予开导,尽可能地满足病人的合理要求,在加强躯体治疗外,更有必要重视心理护理。

一、良好的医德医风是实施心理护理的保证。护理人员必须具有救死扶伤的革命人道主义精神,对待病人不论“贵贱贫富,长幼妍媸,怨亲善友,华夷智愚”都要“普同一等,一视同仁”。保持仪表端庄,风度文雅,语言和藹,态度诚恳,主动热情。观察病情一丝不苟,“甚意深心”,才能成为病人的知心朋友。

二、环境直接影响着骨伤病人的心理活动。优美舒静的环境对病人的心理会产生良好的影响,可以使病人心情愉快,身体舒适,睡眠充足,食欲增进。要求室内阳光充足,空气新鲜,陈设整齐,色调柔和,使病人感到洁净淡雅而情绪安定。噪音易引起病人的烦躁和焦虑,要求医护人员不得多语调笑,谈谑喧哗,道说是非,议论人物,否则易引起病人的反感和猜疑。我们在实践中体会到骨伤病人听轻音乐可分散其注意力,适度的音乐有安神定志的功效。正如《理论骈文》中说:“七情之病也,看花解闷,听曲消愁,有胜于服药也。”

三、心理护理需要良好的语言修养。语言是人类的交际工具,亦是心理护理必不可少的一种手段。护士与病人接触时间最多,关系最密切,护士的一言一语,都对病人的心理状态有着直接的影响。例如车祸引起骨伤的病人对肇事者已有不满甚至愤怒的情绪,在护理过程

中切忌随便言语,搬弄是非,病者一惑听,必致恼怒填胸。只有通过文明礼貌,诚恳自然,和藹的交谈,才能比较真实地了解病人的心理活动,有的放矢地帮助病人正确认识和对待自己的疾病,减轻或消除各种消极因素,增强战胜疾病的信心。实践中我们体会到生硬不当的语言可以使病人影响康复,而温和热情的语言可以使病人减轻病痛。所谓“良言一句三冬暖,恶语伤人六月寒”。则可以说明心理护理中语言修养的重大意义。

四、理解骨伤病人的心理特点。因势利导,制定护理措施。人只要有心理活动,就会有心理反应。中医学认为人的心理活动是与内脏功能密切相关的,内脏功能变化会引起明显的情绪变化。如:“人有五脏化五气,以生喜怒悲忧恐”(《素问·阴阳应象大论》)。“惊则心无所依,神无所定,故气乱矣。”(《素问·举痛论篇》)。骨伤病人初诊时一般都急于打听自己的伤情轻重,以什么治疗方法最有效,要不要动手术,会不会致残,甚至有没有生命危险等的切身问题,而流露出烦躁不安,感觉过敏或夸大伤痛等紧张、愤恐、忧郁、焦虑、愤怒的特殊心理变态,这将影响治疗工作的顺利进行。只有通过安慰、解释,稳定病人的情绪,使其接受治疗。住院后更需要通过细致观察,耐心交谈,根据病人的年龄、性别、性格和病情不同,职业差异、经济条件、家庭环境及内心的要求、希望等,制定相应的护理措施,并注意随着病情的变化,病人的心理状态亦可发生改变。所以必须因势利导,采取灵活多样的心理护理措施,使患者始终以最佳的心理和生理状态接受治疗,而达到最佳的疗效。

(下转22页)

胸走手，足太阳经的行径在背部呈纵向迂回而过；足少阳经过胁肋而下行；足阳明经过胸腹而下行；足三阴经行径向上抵至膈，如足厥阴之脉循股阴，抵小腹，挟胃属肝，络胆上贯膈，布胁肋。疏导手法就是以上述胸壁解剖知识和脏象经络学说为基础的。

气为血帅，血随气行，气滞则血凝，血凝则气阻，若姿势失当，胸壁局部突然受到“力”的作用，其软组织极易痉挛，发生牵扯或嵌顿，撕裂或交锁，绞轧或弛纵。因此而产生震激力，不但使其解剖位置发生微细改变，而且气血及软组织间隙体液均受其冲，于是气血及体液逆乱走窜，在软组织间隙中重新聚散，形成气液压而疼痛。正如《杂病源流犀烛》所说：“忽然闪挫，必气为之震，震则激，激则壅，壅则气之周流一身者，忽因所壅而集在一处；……气凝在何处，则血亦凝在何处。”不通则痛，甚则血络挫裂，皮肤出现青紫瘀斑。

我们知道，人体运动系组织，基本都呈对称性的，正常时两侧运动系组织相互制约处于平衡状态，在不同外因而产生的“力”的作用下，一旦这种平衡被破坏，便是产生病痛的原因之一。悬挂着的胸廓尤其容易造成平衡失调。运用疏导手法治疗胸壁扭挫伤，是使肌肉紧张与松弛平衡，以有利于恢复两侧胸壁的相对平衡。

（上接38页）

五、做好心理护理需同时做好基础护理。

骨伤病人因有过疼痛的强烈刺激而对创伤局部的护理易产生畏惧心理或引起痛幻觉的异常心理现象，这除了向病人解释痛幻觉的道理，鼓励其配合治疗，以暗示疗法转移他的不良情绪外，在进行技术操作时，要做到动作熟练，干净利落，举止稳重、认真细致。在生活护理时热情主动、不怕脏、不怕累，不嫌烦重，以实际行动取得病人的信任。

六、做好宣教工作，争取亲属配合。骨伤

将疏导手法分而言之，疏即运用较多的手法作用上焦（胸廓），进行开壅散结和疏理通泄。胸廓弹性较大，当叩拍健侧胸壁时可使整个胸廓震抖，骨性胸廓和软组织就产生前后、上下、左右不同程度的弹扯，恰如开动了的织布机在上下扯动和左右穿梭，这样既容易使其损伤软组织的牵扯得舒，嵌顿得出，撕裂得复，交锁得开，弛纵得矫，从而使胸壁软组织解剖位置复归于旧，又能使胸壁软组织间隙中的病理性气液压得以宣开疏泄，从而奏解痉止痛之功。同时通过呼吸（吐纳）调摄气机，患者先吸气，使胸内压加大，来增强肋间隙软组织的张力；后呼气加上医者颤动的按压手法，使阻滞之气得行，瘀凝之血得散，气流畅，筋舒络活，通则不痛。所谓导，即下牵上引。下牵指拿弹患侧髋关筋，上引指活动患侧上肢。运动系的动力是来自肌肉，肌肉的收缩和舒张作用能通利气机。再于上引下牵中配合点穴宣导气血，这样通过经络的联系作用，进行上下诱导，从而使逆乱之气恢复正常的升降运行。

综上所述，本手法有行气活血，解痉理筋，舒筋活络，散瘀止痛，和恢复胸壁运动系组织的平衡作用。对伤气型胸壁扭伤，其效果更为显著。对伤血型胸壁挫伤，若能配合七厘散内服或蜜调外敷患处，则效果亦佳。

病人疼痛呻吟，亲属常会跟着流泪，这将加重病人的不安情绪及忧郁的心理。亲属的言行举止会直接影响病人的情绪，对陪人或探病亲友都要求他们节制感情，不论遇到什么情况都应保持冷静，切勿形露于色，而和颜悦色则可以起到良好的心理传递作用，使病人得到安慰和鼓励。

心理护理是一门精细的护理艺术。作为一个护理人员，不仅要具有高尚的医德，精炼的操作技术，而且要知道病人的心理。只有掌握广泛的科学知识，才能完成好护理工作。