

新生儿疼痛护理进展

李正娟

贵港市港北区人民医院 广西贵港 537100

【摘要】 新生儿住院期间必须接受静脉穿刺、足底采血等侵入性操作，这是引起新生儿疼痛的主要来源。新生儿在疼痛的刺激下，容易出现多种生理异常反应以及机体代谢水平的紊乱，甚至损害其神经功能与疼痛感知能力，十分不利于新生儿的正常生长发育，严重影响了新生儿的身体健康。因此，临床十分关注新生儿的疼痛护理，在大量临床实践的基础上，医护人员提出了体位护理、抚触护理、袋鼠式护理、非营养性吮吸以及口服蔗糖水等多种疼痛护理方法，在缓解新生儿疼痛方面均取得了较好的应用效果。由此，本文展开相关综述，介绍新生儿疼痛的来源与影响，分析几种常用的新生儿疼痛护理方法，以期为新生儿的疼痛护理提供更多的科学依据。

【关键词】 新生儿；疼痛护理；疼痛评估；体位护理；抚触护理；袋鼠式护理

【中图分类号】 R473.72

【文献标识码】 A

【文章编号】 1002-3763 (2023) 01-168-02

疼痛是一种极为常见的不适症状，研究表明^[1]，胎儿出生后便可以感知到疼痛，而且他们对疼痛的感知比成人更强烈、更敏感、更持久。对于新生儿尤其是早产儿来说，他们必须接受相关的侵入性操作，而这些操作必然会引起新生儿的疼痛，长期的、反复性的疼痛会对新生儿的中枢神经产生诸多不良影响，十分不利于新生儿的生长发育^[2]。通常情况下，药物治疗是缓解疼痛的最直接、最有效的方法，但是止痛药的毒副作用较大，例如，吗啡会对神经元的生长、存活以及分化产生阻碍作用，甚至引起呼吸抑制，对新生儿的生命安全造成严重威胁^[3]。因此，临床上十分重视新生儿的疼痛护理，经过大量的实验研究与临床实践，不断研发出多种新生儿护理手段，并且取得了较好的应用效果。本文由此展开综述，简单介绍新生儿疼痛的来源，分析新生儿疼痛所产生的不良影响，并详细介绍几种临床常见的新生儿疼痛护理方法，为新生儿的疼痛护理提供更多的理论支持。

1 新生儿疼痛的来源

相关研究数据显示^[4]，每位新生儿在住院期间平均需要经历 118 次疼痛体验，早产儿则高达 500 次。这些疼痛主要源于静脉穿刺、足底采血、气管插管、留置胃管、药物注射等多种侵入性操作，此外，对于极低体重的早产儿而言，量体温、换尿布这种日常护理也可能造成一定的疼痛感^[5]。新生儿在感知到疼痛后，通常会通过面部表情、肢体活动以及哭泣表现出来，护理人员可以借此评估新生儿是否产生疼痛，及时发现护理中的问题，并采取相应的疼痛护理。

2 新生儿疼痛的影响

疼痛可能会使得新生儿出现心率加快、血压升高、血氧饱和度降低等急性生理反应；阻碍神经系统以及大脑的发育，甚至造成中枢神经系统永久性损伤；还会导致机体代谢紊乱，影响激素水平，降低自身免疫力，加重病情；影响新生儿的情绪状态，降低其睡眠质量，不利于新生儿的生长发育；此外，还可能降低新生儿对疼痛感知的敏感度，影响后续对疼痛的反映与表达，不能及时接受有效治疗，对身体造成更严重的伤害^[6]。

3 新生儿疼痛的护理方法

3.1 体位护理

体位护理主要是通过调整新生儿的体位，使其身体处于舒适的状态，进而达到缓解疼痛的目的^[7]。屈曲体位和襁褓式包裹是临床应用范围比较广泛且应用效果较好的新生儿体位护理方法，其中，屈曲体位是由护理人员将双手放在新生儿的双脚与头部，使新生儿保持屈曲体位；而鸟巢式体位是襁褓式包裹的一种常用方法，借助长布条将新生儿包裹在鸟巢式体位中，保持肢体屈曲，双手可以自由活动。

有学者研究发现^[8]，对新生儿进行合适的体位护理，使其肢体处于屈曲状态，有助于提升其自我调节能力，同时缓解疼痛。这是因为新生儿在母亲子宫内长期处于屈曲体位，出生后难以适应母体外的陌生环境，帮其调整至屈曲体位有助于增加新生儿的安全感，而襁褓式包裹为新生儿提供了活动边界，便于其抓握到柔软的物体，减少其应激反应，促进新生儿生理运动能力的提升，提高其自我控制与调节能力，进而缓解疼痛感觉。

3.2 抚触护理

抚触主要是由护理人员以及新生儿家长在新生儿的皮肤表面进行温柔、轻缓的抚摸与按摩。由于新生儿的感受发育较早，适当的抚触能够对新生儿的皮肤感受器产生一定的刺激，并将这种感觉传递至中枢神经系统，促使新生儿产生愉悦感与安全感，进而缓解疼痛。

有学者研究发现^[9]，给予新生儿皮肤接触护理，有助于缓解静脉穿刺所引起的疼痛。这是因为抚触能够促进 β -内啡肽的释放以及 5-羟色胺的作用、调节迷走神经的张力，满足新生儿的情感需求，进而加快他们的生长发育，提高其自身免疫力，减少应激反应的发生，起到较好的缓解疼痛的作用。需要注意的是，抚触需要在安静的环境下进行，避免外界干扰造成新生儿的情绪波动，影响了抚触效果；而参与抚触的人员，在进行抚触前需涂好润肤油、温暖双手，减少皮肤之间的摩擦；此外，在进行抚触时，应当注意观察新生儿的表情与反应，一旦出现异常需立即停止。

3.3 袋鼠式护理

袋鼠式护理是将类似袋鼠这种有袋动物养护幼儿的方式应用于人类新生儿的护理，通过医护人员指导新生儿家长正确的照护方法，将新生儿直立式贴于家长胸口，为新生儿提供

充足的安全感与温暖,稳定新生儿的情绪状态,提升新生儿的睡眠质量,促进其生长发育。

有学者研究发现^[10],袋鼠式护理的应用能够显著降低新生儿的操作性疼痛。这是因为袋鼠式护理具有阻碍下丘脑-垂体-肾上腺皮质轴之间的反馈调节的作用,激发兴奋大脑边缘系统产生愉悦感,进而阻止疼痛信号的传递。

此外,还有结果显示^[11],袋鼠式护理可以极大程度地提升母乳喂养率,为新生儿提供更多的营养支持,增强母婴之间的情感互动。由此可见,袋鼠式护理不仅可以缓解新生儿的疼痛,还有助于增加亲子互动,缓解家长的焦虑,是一种高质量的新生儿护理手段。

3.4 非营养性吮吸

非营养性吮吸主要是借助安慰奶头的来锻炼婴儿的吮吸能力,通常用于尚不能经口喂养的早产儿。

杨凡等学者研究发现^[12],在非营养性吮吸与便利蜷曲的干预下,新生儿在肌内注射时的疼痛程度得到有效缓解。这是因为接受非营养性吮吸练习后,新生儿的口腔触觉受体的疼痛阈值有所提升,并且可以加速 5-羟色胺的释放,进而起到更好的镇痛作用。此外,非营养性吮吸的开展对新生儿营养性吮吸行为的发育起到一定的辅助作用,为新生儿提供口腔满足感,安抚新生儿的情绪,提升新生儿对外界刺激的耐受性,减少新生儿的应激反应,进而减少新生儿的疼痛。

3.5 口服蔗糖水

相关研究发现^[13],对于需要进行磁共振成像检查的早产儿进行舌尖滴入 24% 蔗糖水干预,能够起到较好的镇静作用,而且相较于静脉注射镇静药物而言,服用蔗糖水的安全性更高,所产生的不良反应较少。这是由于新生儿口服蔗糖水后刺激甜味觉,促进阿片类物质的释放,进而引起迷走神经的紧张,起到较好的镇静、止痛作用。但是,需要注意的是,使用蔗糖水止痛的方法经在口服是效果显著,而且不适用于伴有坏死性结肠炎症状、呼吸窘迫以及病情严重的早产儿,因为蔗糖水作为一种高渗液,很可能诱发坏死性结肠炎,不仅无法止痛,反而加重患儿的病情。

3.6 环境护理

控制病房内的温度与湿度,调节光线强度,降低病房内的噪音,同时可以适当播放轻柔舒缓的音乐。这是因为强光与噪音的刺激会降低新生儿的睡眠质量,提升新生儿的心率与血压水平,阻碍新生儿的生长发育。在新生儿的临床护理中,保持安静舒适的病房环境十分重要,该方法虽然无法直接减轻新生儿的疼痛,但是有助于安抚新生儿的情绪、降低新生儿的压力,减少外界对新生儿的刺激,进而减少其机体能量的消耗水平,保存足够的精力与能量应对疼痛^[14]。

4 小结

根据上述分析可以发现,新生儿疼痛每位新生儿在住院期间都会遭受大量的必要性疼痛刺激,而足底采血、药物注射、静脉穿刺,甚至是体温测量都可能造成不同程度的疼痛。新生儿长期受到这些疼痛的影响,很可能出现生命体征异常、代谢紊乱、神经系统损伤等多种不良反应,严重阻碍了新生

儿的生长发育。为了避免这些问题的发生,临床研究发现体位护理、抚触护理、袋鼠式护理、非营养性吮吸、口服蔗糖水等手段具有较好的缓解疼痛效果,值得广泛应用于新生儿的临床护理。此外,护理人员还需要加强自身对新生儿疼痛的认识与感知能力,能够及时发现新生儿的异常并采取有效护理措施缓解新生儿的疼痛,进一步改善新生儿的生活质量,为新生儿的生命安全提供更多的保障。

参考文献

- [1] 王贤丽,宋萍,王梅.保护性睡眠护理对新生儿睡眠质量及疼痛程度的影响[J].齐鲁护理杂志,2021,27(11):110-113.
- [2] 郭路,叶朝,张菁,等.实施袋鼠式护理对产妇泌乳、子宫复旧及新生儿疼痛的影响研究[J].中国实用护理杂志,2020,36(18):1383-1388.
- [3] 吴燕,王芳,高旻.育儿袋式护理降低母婴同室接种乙肝和卡介苗新生儿疼痛程度效果观察[J].齐鲁护理杂志,2021,27(24):172-174.
- [4] Menegol NA, Ribeiro SNS, Okubo R. et al. Quality Assessment of Neonatal Pain Scales Translated and Validated to Brazilian Portuguese: A Systematic Review of Psychometric Properties[J]. Pain Manag Nurs, 2022, 23(4): 559-565.
- [5] 尤竹娟.新生儿预防接种时疼痛预防中皮肤接触护理的应用研究[J].国际护理学杂志,2018,37(20):2764-2766.
- [6] 孙雪霞,牟榕辉,李兴霞.新生儿重症监护室患儿医疗操作性疼痛及其影响因素[J].护理实践与研究,2020,17(21):111-113.
- [7] 任向芳,杨梅.白噪声疗法在新生儿临床护理中的应用现状[J].护理研究,2021,35(1):125-128.
- [8] 沈婷,蒋玲,朱月琴,等.基于精细化护理构建危重新生儿亚专科护理小组及评价[J].护理管理杂志,2021,21(2):136-140.
- [9] 瞿梦婷,唐春,孟红丽.皮肤接触护理联合非营养性吮吸对早产儿静脉穿刺疼痛的影响[J].广东医学,2019,40(9):1322-1325.
- [10] 万静,游勇.袋鼠式护理对母乳喂养、新生儿神经行为及新生儿疼痛的影响[J].广西医学,2018,40(13):1514-1517,封3.
- [11] 郭丽兴,孙品妍,郭桂明.袋鼠式护理在缓解足月新生儿操作性疼痛中的应用[J].齐鲁护理杂志,2019,25(9):21-24.
- [12] 杨凡,武俊,孔超男,等.非营养性吮吸联合便利蜷曲减轻足月新生儿肌内注射疼痛[J].护理学杂志,2022,37(6):9-11.
- [13] 锁彤晖,鲁琦.24%蔗糖水舌尖滴入在早产儿MRI检查的镇静效果及安全性评价[J].护士进修杂志,2020,35(21):2009-2012.
- [14] 王瑞娜,赖晓帆,刘秋利,等.预防新生儿足底采血疼痛的最佳证据总结[J].护理学报,2019,26(11):45-48.