

烧伤患者的心理分析与临床护理学研究

崔鑫坤 尚松嵩^{指导老师}

(齐鲁理工学院, 山东 济南 250014)

【摘要】 烧伤作为身体上的严重创伤,无论在心理上和生理上都会给病人带来很大影响。该研究从烧伤患者的定义及分类入手,阐明不同程度及类型烧伤在患者康复中的作用。进而深入探究烧伤患者心理层面上的应激反应,心理创伤以及其恢复时的心理需求等问题,从而揭示烧伤患者心理变化复杂性和个体差异性。就临床护理而言,本次研究突出常规护理意义,尤其是指出心理护理对烧伤患者康复的影响,与此同时探索行之有效的疼痛管理策略来全面提高烧伤患者治疗效果和生活质量。

【关键词】 烧伤患者; 心理应激; 心理创伤; 临床护理

引言

烧伤以其特殊的损伤特点给病人造成的不只是肉体的剧烈疼痛,而且还会对心理产生深刻的影响。烧伤患者经过早期生理治疗之后,一般都要面对一个漫长的心理调适过程。对心理应激,创伤及康复需求进行评估与帮助,对他们的总体康复非常重要。临床护理工作关注病人物理、生理治疗的同时,也会关注病人心理状态改善及疼痛综合处理。故本文拟从烧伤患者心理及临床护理需求分析入手,以期为促进护理质量及患者生活质量的提高提供理论依据及实践指导。

一、烧伤患者的定义与分类

烧伤患者指由于各种外部热源,化学物质,电流或者放射性物质对人体造成局部或者全身组织损伤病人。这类伤害既包括与火焰,热液和蒸汽直接接触所导致的常规烧伤,又涉及酸,碱和其他化学物质所导致的化学烧伤,电烧伤及紫外线或放射线所致辐射烧伤。烧伤轻重不只决定于烧伤深度及面积大小,而且与烧伤部位,病人年龄,健康状况及烧伤后并发症等也有一定关系。烧伤分类具有很多层面。按照烧伤深度来分,可划分为表浅烧伤、部分厚度烧伤和全厚度烧伤。表浅

烧伤局限于表皮等晒伤;局部厚度烧伤累及真皮层,按损伤深浅可进一步细分成浅II度及深II度;全厚度烧伤会穿透真皮层的全部区域,甚至会损伤皮下组织。此外,根据烧伤面积的大小,通常用“九分法”或总表面积百分比来评价。成年人头部和每条手臂占全身表面积9%,每条腿部、前躯和后躯各为18%,会阴部为1%。儿童比例随年龄变化而变化,头部比例大,随年龄增长而下降。另外,临床上烧伤按烧伤所造成的生理变化及病理损伤分为轻度烧伤,中度烧伤及重度烧伤,该分类标准可帮助判断疾病严重程度,指导治疗方案选择及预测治疗效果。轻度烧伤一般是指表浅I度或者浅II度小范围烧伤;中度烧伤包括范围大,深度中等;但重度烧伤包括大面积深II、III度烧伤。烧伤治疗与护理是个综合性过程,需按照烧伤分类适时进行相应医疗干预。对烧伤患者来说,及时,准确地分类诊断,是有效治疗的先决条件,是预测治疗效果和康复指导的重要依据。

二、烧伤患者的心理分析

(一) 烧伤后的心理应激反应

烧伤事件本身及随后的救治过程,常常是一种极其痛苦而又充满紧张的经历。病人可能表现出一

系列的心理应激反应，其中包括但不限于急性应激反应，焦虑，抑郁和睡眠障碍。烧伤早期，病人常经历一种名为急性应激障碍状态，是一种暂时应激反应，可包括闪回，回避行为及麻木感等。这些心理反应正是大脑尝试加工创伤记忆与情感的自然产物。随着时间的推移，一些烧伤患者应激反应可逐渐增加并发展成为创伤后应激障碍。这类症状群一般是指经常性地与创伤有关的梦魇，记忆，以及竭力回避与烧伤有关的人物，场所或事件。烧伤患者焦虑水平还极有可能增高，因其可能会对前途满怀忧虑，害怕痛苦，害怕手术，害怕潜在残疾以及外貌改变。另外，烧伤患者在疾病康复过程中可能会经历长期抑郁。其原因可为慢性疼痛，身体功能受限或容貌变化而自卑。烧伤疼痛体验及治疗过程侵入性可严重影响病人睡眠质量，引起失眠或睡眠中断等症状，进而加重日间疲劳及情绪不稳定。在这些应激反应面前，烧伤患者在心理恢复的过程中需要得到专业的心理支持以及合适的治疗干预。在康复过程中，病人要得到充分的资料与教育，帮助其了解自己体验到的心理反应是否正常，并在此基础上给出处理这些反应的策略。

（二）烧伤患者的心理创伤反应

烧伤不但会给机体带来伤害，而且还会诱发心理上的深层创伤。个体在遭受到这种强烈的生理与情感打击之后，其心理状况也需要得到相同的重视与处理。心理创伤应对可表现为个体认知，情绪，社会交往诸多层面。烧伤患者在自我认同方面可能受到挑战。他们可能会因为身体形象而感到不安全，而且这一不安全感会在面临公众以及回归社会所带来的压力时变得更加严重。个体可因外貌改变而蒙羞，导致自我隔离行为和社交活动的回避，进一步影响其社会支持系统并增强孤立感。在感情方面，烧伤患者可有一段感情麻木时期，之后可有感情外溢，比如突然大哭或者生气暴发等。他们对于烧伤的起因或无法预防烧伤，

可能感到气愤或愧疚。长期心理创伤也会造成持续抑郁状态、消极自我对话、自我价值降低。从社交及行为层面上看，烧伤患者可表现为回避行为，既避免了提醒其烧伤体验的诱因，又避免了任何身体接触及亲密关系。他们在接受治疗时可能有抵触情绪并悲观地看待今后的康复。病人心理创伤反应需采取认知行为疗法，情绪释放治疗和支持性心理治疗等适应性心理干预才能减轻。这些介入是为了帮助病人重建心理韧性、提高应对策略、从心理层面为康复之路提供支持。

（三）烧伤患者的心理康复需求

烧伤患者经过早期治疗，心理康复需要显得更加重要。心理康复目的不仅在于缓解病人心理痛苦，更在于帮助病人重建自我价值感，改善生活质量及回归社会与家庭生活。为此烧伤患者心理康复需求可分为多个层次。情感支持视角下烧伤患者需得到理解与接受。他们需要有一种能与人共享恐惧与伤痛的安全氛围，而这种氛围既能支持团队，也能支持家人或者心理咨询师一对一的建议。在这种气氛下，鼓励病人抒发感情，因而能减轻心理创伤。对于认知需求而言，烧伤患者需接受适当的资讯与教育来协助其了解病情与可能之恢复过程。其中包括对烧伤治疗过程，期望恢复结果的认识，对可能面临的心理及生理挑战的认识。认知重建亦属于心理康复范畴，其目的在于协助病人调整自我形象及未来观念。在社交层面，回归社会对烧伤患者的恢复至关重要。烧伤可使病人暂时处于退缩的状态，所以有必要鼓励病人参加社会活动和重建人际关系。

三、烧伤患者的临床护理措施

（一）烧伤患者的常规护理

对烧伤患者来说，常规的护理是保证治疗效果、促进康复的基石。这一过程需要护理人员对细节表现出极强的专业性，并给予无微不至的照顾。烧伤部位清洗及敷料更换应慎重，防止感染

及进一步伤害。保持创面干爽，洁净，并经常做必要消毒处理是避免并发症发生的关键。烧伤患者疼痛的处理也不容忽视。护理人员需要对病人疼痛级别进行严密观察，及时按照医嘱对镇痛药物进行调整，确保病人舒适度。监测与调节液体平衡也很关键，其中包括补充电解质和保持合适水分摄入。在烧伤患者康复过程中，营养支持又成为关键因素。护士需要与营养师紧密协作，保证病人摄取充足热量及营养来支撑机体自我修复及免疫系统功能。另外监测病人体温及环境温度、维持舒适病房环境也很重要。在进行这些常规护理时，护理人员也一定要注意维持良好的沟通，以保证病人对治疗进程及护理计划的理解，从而有利于树立病人的信任与安全感。

（二）烧伤患者的心理护理

心理护理旨在给病人提供稳定的情感支持网络以协助其在心理层面上处理烧伤造成的创伤。在此过程中，护理人员起着倾听者、支持者、引导者等作用。护理人员透过建立信任感，可促使病人抒发情感与忧虑，此过程有利于降低其心理负担。与此同时，护理团队还可通过专业心理咨询服务来引导病人放松并制定应对策略，例如深呼吸，冥想或者认知行为疗法。护士还需密切观察患者可能出现的焦虑、抑郁或创伤后应激障碍等症状，及时与心理医生沟通，制定相应的干预策略。对病人家庭背景及社会支持系统有所了解，必要时进行干预，给予社会及情感支持对病人心理康复也是至关重要的。心理护理也包括协助病人在日常生活中逐渐恢复到能力与信心。护理人员可鼓励病人参与治疗及护理决策以提高自我效能。

（三）烧伤患者的疼痛管理

烧伤患者所体验到的痛苦极其强烈而持久，所以疼痛管理在烧伤护理过程中必不可少。对疼痛采取综合性管理策略包括药物治疗和非药物治疗两种方式来保证病人能尽量舒适渡过治疗期。在

药物治疗中，护理人员需要密切配合医师，根据病人痛觉强弱及个体差异调整镇痛药物品种及用量。长效及短效镇痛药物常合并应用，以获得持续及即时疼痛控制双重疗效。及时对疼痛进行评估，调整治疗方案，是降低病人不适感的关键。另外局部镇痛措施如应用含有镇痛成分敷料等可对烧伤部位产生直接影响而减轻痛苦。在疼痛管理方面，非药物疗法同样具有极其重要的意义。其中包括，但不仅限于认知行为疗法，物理治疗和音乐疗法。采用心理干预及行为训练等方法帮助病人分散注意力、缓解疼痛知觉。施以冷敷、温敷及其他物理治疗，可使局部不适感得到部分减轻。音乐疗法和其他替代疗法可以帮助病人放松心情并间接地降低疼痛感。

结束语

烧伤患者救治过程是个复杂且冗长的过程，牵涉到许多方面的综合救治与护理。通过本次研究可了解心理护理对烧伤康复的意义及临床护理工作对提高患者疗效及生活质量所产生的影响。在今后护理实践中，应更加重视病人心理状态并给予个体化心理支持及疼痛管理，从而促进病人全面康复。

参考文献：

- [1] 查晓慧，林月娟，曾秀仁．心理护理干预在烧伤患者中的应用效果[J]．中国医药指南，2021，19（14）：214-215．
- [2] 田莹．大面积烧伤患者的心理特征及护理分析[J]．中国城乡企业卫生，2020，35（10）：210-211．
- [3] 龚雪梅．心理护理干预应用于烧伤患者护理中的可行性分析[J]．首都食品与医药，2020，27（10）：138．
- [4] 张静，韩丽丽，荣硕妍，佟瑶，刘敏，简佳琪．烧伤患者的心理分析与临床护理学研究[J]．中国医药指南，2019，17（20）：192-193．