

傾聽疼痛的聲音

吳之云 花蓮慈濟醫院合心七樓病房護理師暨教學小組長



回想起開始疼痛讀書會的第一次，起初因為單位是外科病房，術後病人常常有急性疼痛之護理問題，且泌尿科病人返室後，以男性為多數，常有表示尿管放置感怪怪的，且有解尿或解便感，嚴重症狀者甚至自行下床導致跌倒，或有拔尿管之舉動。這些行為會讓人難以揣測其不適感有多大，且單位也有一群特別的病人，也就是間質性膀胱炎患者，他們的主訴也常有膀胱痠痛、解尿疼痛，甚至表示解尿痛到快暈過去的感覺……這些疼痛的主訴，往往在臨床忙碌之餘，是很不容易去同理的，而在這些頻頻要求施打止痛針的病人主訴背後，有什麼更深層的原因，我們真的難以理解。

所以，當成立疼痛讀書會開始，藉由《聆聽疼痛》這本書，透過慈濟大學郭莉娟老師導讀。在老師領讀及各章節豐富的例子描述下，慢慢的能理解病人在疼痛時，那樣無助的孤單感亦或是無奈感，而我們能給予同理心的回饋。

這也讓我反思到臨床遇到一位病人，她診斷為間質性膀胱炎，每次入院表示膀胱疼痛不適要求施打止痛針，且病人都會自己算給藥時間，並且很準時的要求止痛針使用，這樣的主訴常常造成照顧上的壓力。所幸透過讀書會，在老師及督導還有護理長的提醒及引導下，發掘病人疼痛的原因不

僅來自於生理，還有心理的苦。參與疼痛讀書會對臨床收穫最大的是，在這樣為期一年兩個月左右的時間下，在病人疼痛時，我們會儘早給予處置，並且能鼓勵或延伸病人疼痛的語言，讓病人在疼痛時沒那麼的孤單，而對我而言最大的意義在於我雖然不能苦其所苦，但我能同理所苦，而給予更多的關懷及包容，並更細膩的去處理病人疼痛的問題。

