



# 舒疼解痛得自在

## Ease the Pain for Patients

■ 文 / 陳靜瑤 台中慈濟醫院門診護理師

今年三月份本院來了一位內科主治醫師陳聰榮，專攻疼痛治療。他不僅是慈濟委員、也是人醫會的醫師之一。在不求患者們回報之下，充滿歡喜心地協助每位患者減少病痛，將他們的健康找回來。而跟診的我，也跟出許多心得。

### 門診體會疼痛 衛教有助減緩

疼痛是一種主觀且與生俱來的感覺，且是每個人一生中都會遭遇的問題之一，同一種疾病、症狀下的疼痛，結合過去的經驗與反應，在不同人的身上有不同的感受。長期的疼痛對人的生理、心理、靈性、社會都會帶來莫大的影響；痛能使一名勇者變成懦夫、使智者失去思考的能力、更可能使人在不堪疼痛的折磨下，喪失原有的生存意志。

記得疼痛門診剛開時，有許多患者都會問：「可以徹底將我身上的



疼痛問題移除嗎？」明顯感受到疼痛對於人們在生活品質上有多大的影響。在跟診的過程中，常常可以看到大多數患者都有生理機能退化或是外來傷害所造成的疼痛問題，輕則可在忍受的範圍內隨著時間慢慢痊癒，重則會影響到日常作息及生活品質，而患者通常是皺著眉說痛得晚上睡不好、白天無法好好工作，而每當醫生聽完患者們的敘述後完成治療，他們往往會帶著滿臉笑意地走出診間。



我印象最深的，是每個禮拜都會坐著電動代步車前來治療的阿嬤與她的小孫女。小孫女常會天真地指著阿嬤疼痛的位置跟醫生說：「阿嬤痛痛要打針針！」，還會貼心地幫阿嬤脫鞋子，注射完後幫阿嬤穿鞋子，拿藥單。小孫女的貼心孝順讓我感動，而在攙扶阿嬤的過程中我也感受到身體機能抵不住年歲的摧殘而逐漸衰退；然而，我也想到，在疼痛控制的預防上，透過我們適時地給予衛教，就能幫助病人預防疼痛再次復發。

### 「蛇皮」嚇人 患者又痛又怕

最特別的經驗是「帶狀皰疹」的病毒治療。帶狀皰疹俗稱「蛇皮」，是由一種濾過性病毒引起的感染症，好發於各年齡層。當身體過度疲勞、精神壓力大、外傷、手術、免疫抑制劑的給藥或接受放射線治療的癌症病人免疫力下降都容易發作，發病後所引起的神經痛（postherpetic neuralgia）非常難以忍受。患者常會問醫生：「是不是只要疹子連接起來時，我就要死了！」聽起來像是無稽之談，卻也顯現出民眾對此疾病認知上的不

足。跟診期間，當患者拉起上衣，看到的是半側皮膚被皰疹病毒入侵的病徵，並伴隨著惱人且形影不離的疼痛，讓患者睡不好、吃不好。但經過一次又一次的治療後，雖然皮膚上仍出現暗褐色的皰疹痕跡，但疼痛的舒緩卻是讓患者最開心的一件事，患者不只在乎身體上的美醜，更在乎疼痛是否能順利的消失。

### 與疼痛共處 學會溫柔的藝術

「痛不是病，但痛起來卻要人命」這句話真是說到患者的心坎裡，當疾病的疼痛伴隨在身，那種感覺是如此地讓人坐立難安，甚至有死去活來的感覺，回想最初，真不知如何形容與疼痛大戰之後心情的混亂。在這段跟診過程中，我除了學習專業學識外，對於護士的職責也有更深一層的體認。因為護理真的是一門藝術與科學，雖然難免會遇到患者不耐煩及不悅的口氣，但若能適時依照情況給予情緒上的安撫，就能減少因疼痛所引起的不平衡感，而讓病患感到舒適、為他們提升生活品質，這也是我感受到醫院成立疼痛門診的最初用心與想法。

