

儿科术后焦虑与疼痛管理中护理干预的研究进展

倪荆为

长江大学附属荆州医院 湖北荆州

【摘要】儿科手术技术不断发展背景下，术后焦虑与疼痛作为患儿常见应激反应，会延缓康复进程，甚至影响远期心理发育。研究从年龄分层干预差异、非药物护理干预应用、标准化护理方案落地三个维度，系统梳理国内儿科术后焦虑与疼痛护理干预的相关研究进展，明确不同年龄段患儿的干预侧重点。研究总结加速康复外科理念在多类儿科手术中的实践价值，同时分析当前研究存在的护理人员的多个问题，提出后续需完善分层培训、非药物干预标准化开发、多场景适配路径构建等方向，可为优化儿科围手术期护理路径、提升护理质量提供参考。

【关键词】儿科术后护理；术后焦虑；术后疼痛；护理干预；加速康复外科

【收稿日期】2026 年 7 月 6 日

【出刊日期】2026 年 8 月 7 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20260431

Research progress on nursing interventions in pediatric postoperative anxiety and pain management

Jingwei Ni

Jingzhou Hospital Affiliated to Yangtze University, Jingzhou, Hubei

【Abstract】 With the continuous development of pediatric surgical techniques, postoperative anxiety and pain, as common stress reactions in children, can delay the recovery process and even affect long-term psychological development. The study systematically reviews the relevant research progress on pediatric postoperative anxiety and pain nursing intervention in China from three dimensions: age stratification intervention differences, non pharmacological nursing intervention application, and standardized nursing plan implementation, and clarifies the intervention focus for children of different age groups. The study summarizes the practical value of the concept of accelerated rehabilitation surgery in various types of pediatric surgeries, and analyzes the multiple problems of nursing staff in current research. It proposes directions for improving hierarchical training, standardized development of non pharmacological interventions, and construction of multi scenario adaptation pathways, which can provide reference for optimizing pediatric perioperative nursing pathways and improving nursing quality.

【 Keywords 】 Pediatric postoperative care; Postoperative anxiety; Postoperative pain; Nursing intervention; Accelerated rehabilitation surgery

前言

近些年来，伴随着儿科外科诊疗技术不断发展，手术已然成为诸多儿科疾病非常重要的治疗方式。术后焦虑、疼痛作为患儿最为常见的应激反应，不但会增添躯体上的不适之感，还能够延缓康复进程，甚至会对远期心理发育造成影响，于是优化相关护理干预便成为了研究的热点^[1]。当前国内的研究大多聚焦于单一干预模式效果的验证，对于不同年龄段患儿的干预适配性、非药物干预的标准化应用流程、多模式干预的协同机制等方面缺少系统的梳理，还没有形成统一的临床护理实践规范^[2]。基于此，对儿科术后焦虑与疼痛护理干预的研究进展进行系统梳理，总结现有方案的应用效

果、局限，能够为优化围手术期护理路径、提高护理质量给予参考。

1 不同年龄段儿科患者术后焦虑与疼痛的特点及护理干预差异

儿科患者术后焦虑与疼痛的表现及护理干预适配性存在显著的年龄异质性，不同年龄段患儿的生理发育水平、认知能力与情感需求差异直接决定了干预方案的侧重点^[3]。婴幼儿阶段患儿认知能力有限，无法准确表述疼痛与情绪感受，术后焦虑多表现为哭闹不止、抗拒医护操作、睡眠节律紊乱，疼痛反应常伴随心率加快、出汗等生理体征波动，该阶段护理干预需侧重非语言安抚，如抚触、襁褓包裹、播放患儿熟悉的童谣，同

时强化对家长的照护指导,通过家长的陪伴降低患儿陌生感。李光梅^[4]的研究将舒适护理应用于小儿腹股沟疝修补术围手术期,可显著降低患儿麻醉前及术后 1、3、7 d 的焦虑自评量表、抑郁自评量表与视觉模拟疼痛评分,减少术后疼痛及并发症发生风险。学龄期患儿已具备基础的认知表达能力,对手术疼痛存在明确的恐惧心理,术后焦虑常表现为过度紧张、反复询问病情、对治疗操作存在抵触情绪,疼痛表述相对准确但易受心理暗示影响,该阶段护理干预可通过游戏化健康宣教、正向鼓励、注意力转移等方式降低患儿心理压力,引导患儿主动配合疼痛评估。青春期患儿自我意识较强,术后焦虑多与担心手术对外观、身体功能的影响有关。常出现隐瞒疼痛、情绪低落等表现,护理干预需注重保护患儿隐私,强化沟通中的尊重与平等。王园园^[5]的调研显示儿科护理人员疼痛知识与态度调查量表总分为(18.62±7.10)分,其疼痛管理认知水平与年龄、职称、培训频次、评估工具了解程度密切相关,提升护理人员对不同年龄段患儿疼痛特点的认知,是保障分层干预落地的重要基础。

2 非药物护理干预在儿科术后焦虑与疼痛管理中的应用效果

2.1 家庭参与式护理与人文关怀的应用效果

以家庭为中心的护理模式作为家长参与式干预的典型方案,在多种儿科手术中都已经验证了其应用价值。孔祥欣^[1]针对腹腔镜下阑尾切除术患儿的研究显示,采用该模式进行干预之后,患儿在术后 0 小时、24 小时、72 小时时的脸谱量表评分要低于常规护理组^[6]。患儿家属的汉密尔顿焦虑量表评分有所降低,术后肠蠕动恢复所需时间、住院时间均缩短了,而且并发症的发生率更低。人文关怀护理干预通过关注患儿心理需求、优化照护细节来达成干预效果。胡月梅^[3]在腹腔镜隐睾下降固定术患儿中应用时发现,干预组后面部表情分级评分量表评分比对照组低,住院时间也更短。而且干预组家属焦虑自评量表、抑郁自评量表评分都低于常规护理组,护理满意度达到了更高水平。

2.2 治疗性游戏及复合干预模式的循证支持

治疗性游戏属于适配患儿认知特征的心理干预手段,罗天女^[6]的 Meta 分析将 10 项随机对照试验里的 1088 例患儿纳入进来。其结果表明,这种干预能够改善患儿术后的焦虑状况,提高麻醉诱导的依从性,还能够降低患儿父母术前、术后的焦虑程度,提高家属的满意度,从而为围手术期心理干预提供循证支持。王辉^[7]循证护理联合人文关怀的复合干预模式进一步拓展了

非药物干预的应用边界,在全身麻醉手术患儿中应用时,干预组术前改良耶鲁围手术期焦虑量表评分、麻醉前焦虑评分及哭闹发生率均低于常规护理组,患儿苏醒时间、拔管时间更短,术后心率、收缩压及舒张压等生理应激指标波动更小,家长满意度达 96.42%,显著优于对照组的 83.93%,证实多维整合的非药物干预可同时兼顾患儿心理状态调节与生理恢复促进。

3 临床标准化护理方案与 ERAS 在儿科术后焦虑疼痛管理中的应用进展

3.1 ERAS 理念在普外科与心胸外科手术中的应用

近些年国内儿科术后护理领域在逐步建立标准化方案,加速康复外科也就是 ERAS 理念的本土化落地变成了研究热点。何小琼^[8]给腹腔镜阑尾切除术患儿设计了快速康复游戏运动棋盘,把术后早期下床活动要求转变成游戏任务,纳入 378 例患儿的对照研究表明,试验组术后 24 小时、48 小时的疼痛评分比对照组低,下床活动满意度更高,术后并发症发生率只是对照组的 49.7%,证明标准化游戏化干预能够通过提高患儿依从性间接改善疼痛与情绪状态。赵宝丽^[9]的研究把 ERAS 理念用于体外循环下小儿先天性心脏病围手术期护理,通过优化术前宣教、术中体温管理、术后镇痛、早期活动等整个流程的护理节点,结果显示研究组术后 12 小时、24 小时疼痛评分都比常规护理组低,患儿家长术前及术后焦虑水平评分比对照组下降 27.3%,术后并发症发生率只有 4.65%,明显低于对照组的 20.93%。

3.2 ERAS 理念在骨科手术中的流程优化与拓展

针对骨科手术患儿的护理研究则从喂养流程优化角度拓展了 ERAS 的应用边界,徐燕清^[10]基于 ERAS 理念重构小儿骨科全麻术后早期经口喂养标准流程,在评估患儿意识及吞咽功能后通过洼田饮水试验分层指导进食,干预组患儿术后首次进食间隔时间缩短至 84.28 min,较传统 6 小时进食方案减少 78.2%,术后 2 h、6 h 疼痛评分≥3 分的发生率显著低于对照组,且未增加恶心呕吐等不良反应风险,提示标准化流程优化可通过改善患儿生理不适缓解疼痛及焦虑情绪。现有研究中 ERAS 相关护理方案的应用场景已覆盖普外科、心胸外科、骨科等多类儿科手术场景,核心干预路径涵盖术前心理准备、术中应激管控、术后早期活动与科学喂养三个核心维度,多通过多学科协作制定标准化操作清单明确护理节点,确保干预的同质性。

3.3 当前研究局限与改进方向

现有研究也反映出当前标准化方案仍存在一定局

限,多数研究的干预指标侧重术后疼痛评分、康复速度等客观结局,对患儿焦虑情绪的长期随访及不同年龄段患儿的方案适配性调整不足,部分基层医疗机构受人员培训不足、家长认知度有限等因素制约,ERAS 标准化流程的落地率仍较低,且现有方案多针对单一术种设计,缺乏跨术种的通用型标准化护理框架^[11]。后续研究可进一步探索分层适配的标准化干预路径,完善不同年龄、不同术种患儿的疼痛与焦虑管理模块。

4 儿科学后焦虑与疼痛护理干预的现存问题与未来研究方向

4.1 现存问题分析

当前国内儿科学后焦虑与疼痛护理干预仍存在多维度现实短板,首先是护理人员认知能力的分层差异,胡巧^[12]的调研显示儿科护理人员疼痛知识与态度调查量表总分为(18.62±7.10)分,认知水平受年龄、职称、培训频次、评估工具了解程度等因素影响显著,基层医疗机构护理人员普遍缺乏系统化的培训,对不同年龄段患儿的疼痛表达特点、非语言评估工具的应用熟练度不足。其次是非药物干预的临床转化存在局限,虽然治疗性游戏等干预方式已被证实可改善患儿术后焦虑状态、提升麻醉诱导依从性,但现有研究多缺乏统一的干预操作规范,且多数方案未针对不同年龄段患儿的认知特点进行分层设计,导致临床推广时的可复制性不足^[6]。此外标准化护理方案的落地仍存在场景限制,现有 ERAS 相关方案多针对常见术种设计,对小众术种的适配性研究不足,且多数方案未充分考虑基层医疗机构的人员配置、家长认知水平差异。

4.2 未来研究方向

未来研究可从三个层面推进突破,首先需构建分层次级的护理人员培训体系,针对不同职称、不同工作年限的护理人员设计差异化的疼痛管理培训课程,将不同年龄段患儿的焦虑与疼痛特点、评估工具使用等内容纳入常规培训考核,尤其要强化基层医疗机构护理人员的能力建设^[12]。其次要推进非药物干预的标准化开发,明确干预的实施流程、人员要求、效果评价指标,提升干预方案的可复制性。此外需探索适配不同医疗场景的标准化护理路径,在现有 ERAS 方案的基础上补充小众术种的管理模块,同时针对基层医疗机构开发简化版的干预方案,降低方案落地的资源门槛,进一步扩大优质护理干预的覆盖范围。

参考文献

[1] 孔祥欣.以家庭为中心的护理模式对急性阑尾炎患儿焦

虑、疼痛及睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2022,9(08):1471-1474.

[2] 董雅静,易艳芝.游戏治疗在儿科护理中应用的研究进展[J].广州医科大学学报,2024,52(01):72-76.

[3] 胡月梅,吴芳.人文关怀护理模式在腹腔镜下儿童隐睾术后患儿的应用及对家属焦虑、抑郁情绪的影响评价[C]//南京康复医学会.第三届全国康复与临床药学学术交流会议论文集(二).新疆维吾尔自治区人民医院,2022:596-600.

[4] 李光梅,李红,李炳娥.舒适护理干预在小儿腹股沟疝修补术护理中的应用效果[J].中华疝和腹壁外科杂志(电子版),2021,15(01):109-112.

[5] 王园园,王文华,贾英萍,等.儿科护理人员对儿童肿瘤术后疼痛管理认知的影响因素分析[J].中国卫生统计,2024,41(01):76-79.

[6] 罗天女,肖嫔,旷文勇,等.治疗性游戏对患儿围手术期干预效果的 Meta 分析[J].中国优生与遗传杂志,2022,30(09):1671-1678.

[7] 王辉,张凤怡,王凯,等.循证护理结合人文关怀护理在全身麻醉手术患儿中的应用[J].保健医学研究与实践,2025,22(10):139-144.

[8] 何小琼,刘轶,乐莉,等.腹腔镜阑尾切除术后患儿快速康复游戏运动棋盘的设计与应用研究[J].中华护理杂志,2026,61(04):483-490.

[9] 赵宝丽,翟晨迪.加速康复外科在体外循环下小儿先天性心脏病围手术期护理中的应用[J].临床研究,2023,31(05):165-168.

[10] 徐燕清,陈辉,林豆,等.基于 ERAS 理念优化小儿骨科术后早期经口喂养流程的应用研究[J].中国卫生标准管理,2025,16(13):40-43.

[11] 王俐超,李娟,丁根,等.基于改良早期预警评分的分级护理在腹股沟疝术后患儿中的应用[J].护理实践与研究,2022,19(22):3425-3427.

[12] 胡巧,蒋丽丹,王如香.基于目标达成理论的整体护理对急性阑尾炎腹腔镜手术患儿的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(06):39-42.

版权声明:©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS