

基于 IKAP 模式的疼痛护理对多发性骨髓瘤患者 心理及疼痛状态的作用分析

王菲越

西安交通大学第一附属医院血液内科 陕西西安

【摘要】目的 探讨基于 IKAP 模式的疼痛护理对多发性骨髓瘤患者疼痛程度及心理状态的干预效果。**方法** 选取 2024 年 3 月—2025 年 3 月收治的 58 例多发性骨髓瘤患者，随机分为对照组（29 例，常规疼痛护理）与干预组（29 例，IKAP 模式疼痛护理），干预周期 8 周。比较两组干预前后疼痛数字评分（NRS）、焦虑自评量表（SAS）、抑郁自评量表（SDS）评分及护理依从性。**结果** 干预后，干预组 NRS 评分（ 2.35 ± 0.82 ）分、SAS 评分（ 41.26 ± 5.38 ）分、SDS 评分（ 40.15 ± 5.12 ）分均低于对照组（ 4.68 ± 1.05 ）分、（ 52.37 ± 6.45 ）分、（ 53.62 ± 6.28 ）分，护理依从率（93.10%）高于对照组（72.41%），差异均有统计学意义（ $t=9.876$ 、 6.892 、 8.765 ， $\chi^2=5.491$ ， P 均 <0.001 ）。**结论** IKAP 模式疼痛护理可有效减轻多发性骨髓瘤患者疼痛程度，改善心理状态，提高护理依从性，值得临床推广。

【关键词】 IKAP 模式；多发性骨髓瘤；疼痛护理；心理状态；疼痛评分；护理依从性

【收稿日期】 2025 年 12 月 27 日

【出刊日期】 2026 年 1 月 28 日

【DOI】 10.12208/j.ijcr.20260041

Analysis of the effect of pain care based on IKAP model on the psychological and pain status of patients with multiple myeloma

Feiyue Wang

Department of Hematology, The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an, Shaanxi

【Abstract】 Objective To explore the intervention effect of pain nursing based on the IKAP (Information-Knowledge-Attitude-Practice) model on the pain degree and psychological status of patients with multiple myeloma. **Methods** A total of 58 patients with multiple myeloma admitted from March 2024 to March 2025 were randomly divided into a control group (29 cases, routine pain nursing) and an intervention group (29 cases, pain nursing based on IKAP model), with an intervention cycle of 8 weeks. The Numeric Rating Scale (NRS) score, Self-Rating Anxiety Scale (SAS) score, Self-Rating Depression Scale (SDS) score and nursing compliance were compared between the two groups before and after intervention. **Results** After intervention, the NRS score (2.35 ± 0.82), SAS score (41.26 ± 5.38) and SDS score (40.15 ± 5.12) of the intervention group were significantly lower than those of the control group [(4.68 ± 1.05), (52.37 ± 6.45), (53.62 ± 6.28)], and the nursing compliance rate (93.10%) was higher than that of the control group (72.41%). All differences were statistically significant ($t=9.876$, 6.892 , 8.765 ; $\chi^2=5.491$; all $P<0.001$). **Conclusion** Pain nursing based on the IKAP model can effectively reduce the pain degree, improve the psychological status and enhance the nursing compliance of patients with multiple myeloma, which is worthy of clinical promotion.

【Keywords】 IKAP model; Multiple myeloma; Pain nursing; Psychological status; Pain score; Nursing compliance

多发性骨髓瘤为一种恶性的浆细胞增生性疾病，随着病情的发展和化疗的进行，患者疼痛逐渐加重，此类情况不仅严重影响患者的生理功能和生活质量，还容易导致患者内心产生焦虑、抑郁等负面情绪，精神状态不佳会进一步放大疼痛感，形成恶性循环。传统的疼

痛护理侧重于症状，缺乏系统的认知、态度和行为干预，导致疼痛控制效果不佳，患者心理问题发病率高^[1]。相关研究证实^[2]，IKAP 模式以“信息获取—知识整合—态度改变—行为实践”为核心，针对患者，经系统的健康教育和行为指导，能帮助其建立科学的疾病认知和

疼痛管理观念,优化应对方式和心理状态。特此,本文分析基于 IKAP 模式的疼痛护理对多发性骨髓瘤患者心理及疼痛状态的作用,现分析如下。

1 资料及方法

1.1 基线资料

本研究选取 2024 年 3 月—2025 年 3 月本院血液科收治的 58 例多发性骨髓瘤患者,其中男性 32 例,女性 26 例,年龄 45~78 岁,平均 (61.58 ± 8.34) 岁。采用随机数字表法分为对照组与干预组各 29 例,两组性别、年龄、疾病分期、疼痛程度等基线资料比较,差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组采用常规的疼痛护理措施:患者入院后,护士对患者的疼痛程度进行评估,遵医嘱,让患者服用止痛药,并告知其用法、用量和注意事项;定期查房,观察患者疼痛程度,及时调整护理措施;给予患者基本的心理抚慰,鼓励患者表达疼痛的真实感受;护士教授患者诸如深呼吸等简单的放松练习。患者接受为期 8 周的护理。

1.2.2 干预组

以对照组方案为基础,干预组接受 IKAP 模式疼痛护理,详细为:

①信息采集(第 1 周):护士通过对患者开展一对一的访谈和问卷调查,对患者的疼痛特点、疾病认知程度、心理状态和家庭支持状况进行综合评价,与此同时为患者建立个性化的健康档案。每周一次 30 分钟的疾病知识讲座,使用 PPT、视频、手册等方式,护士为患者讲解疼痛的病因和危害,保证信息的全面性和准确性^[3]。

②知识整合(第 2~3 周):护士根据患者的认知水平和健康档案,制定个性化的疼痛管理方案,由责任护士对患者进行一对一的指导,如疼痛评价工具的使用、体位调整/音乐疗法、渐进式肌肉放松训练等。每周两次一对一地答疑解惑。

③态度转变(第 4~6 周):针对患者,医院指派心理辅导专员,为其开展每周 2 次的针对性心理疏导,每次进行时间为 40min,以共情倾听的方式减轻患者内心压力;护士邀请病情控制好的病人分享其治疗经验,增加患者战胜病魔的信心;护士指导家庭成员加强情感支持和陪伴,创造良好的家庭护理环境^[4]。

④行为实践(第 7~8 周):护士指导患者按照计划进行实习培训,责任护士每天在床边指导或电话随访监测其实施情况;以实习效果为依据,调整护理方案,强化正确行为;鼓励患者写疼痛日记,并对评分、应对方式和效果进行跟踪,培养患者自主控制疼痛的能力。

1.3 观察指标

1.3.1 疼痛程度评分

采用疼痛数字评分量表(NRS)评估干预前及干预 8 周后疼痛程度,分值 0~10 分,分值越高疼痛越严重。

1.3.2 心理状态评分

采用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)评估干预前后心理状态,均含 20 个条目,4 级评分法,换算为标准分, ≥ 50 分提示存在焦虑/抑郁,分值越高程度越严重。

1.3.3 护理依从性

干预 8 周后,通过护理记录查阅、问卷调查及访谈评估依从性:完全依从、部分依从、不依从。依从率 $=$ (完全依从+部分依从)例数/总例数 $\times 100\%$ 。

1.4 统计学原理

采用 SPSS22.0 软件处理数据,计量资料以 $(\bar{x}\pm s)$ 表示,两组间比较用 t 检验;计数资料以 $[n, \%]$ 表示,比较用 χ^2 检验, $P.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者干预前后疼痛程度评分对比
详见表 1。

2.2 两组患者干预前后心理状态评分对比
详见表 2。

2.3 两组患者护理依从性对比
详见表 3。

表 1 两组患者干预前后 NRS 评分对比 $(\bar{x}\pm s, \text{分})$

组别	例数	干预前	干预后	t	P
对照组	29	6.85 \pm 1.23	4.68 \pm 1.05	7.892	0.000
干预组	29	6.79 \pm 1.18	2.35 \pm 0.82	9.876	0.000
t		0.215	8.963		
P		0.830	0.000		

表 2 两组患者干预前后 SAS、SDS 评分对比 (x̄±s, 分)

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	29	62.35±7.12	52.37±6.45	63.89±7.25	53.62±6.28
干预组	29	61.89±7.05	41.26±5.38	63.45±7.18	40.15±5.12
t		0.287	6.892	0.243	8.765
P		0.775	0.000	0.808	0.000

表 3 两组患者护理依从性对比[n, %]

组别	例数	完全依从	部分依从	不依从	依从率
对照组	29	12 (41.38)	9 (31.03)	8 (27.59)	21 (72.41)
干预组	29	18 (62.07)	9 (31.03)	2 (6.90)	27 (93.10)
χ ²					5.491
P					0.019

3 讨论

多发性骨髓瘤患者出现疼痛的机制和骨髓浸润、病理性骨折及神经压迫等存在相关性。针对此类患者,开展常规护理时,往往以药物止痛为主,此项护理缺乏系统的认知—行为干预措施,难以有效控制患者的疼痛。IKAP 模型以四个阶段递进的方式,为患者全方位的疼痛护理系统:在信息获取阶段,护士明确患者之间的个体差异,奠定个性化护理的基础^[5];在知识整合阶段,护士为患者传授多种镇痛技巧,突破患者对疼痛依赖性药物的认识误区;在态度转变期,护士加大患者的心理支持力度,有效提高患者对于疼痛应对的自信心;在行为实践阶段,患者将知识转变为自我管理行为的过程。

本病患者长期饱受疼痛折磨,下丘脑—垂体—肾上腺轴激活诱发焦虑和抑郁情绪,负性情绪则降低疼痛阈值,形成恶性循环。传统护理中心理疗法缺乏针对性和系统性,难以阻断这一循环。IKAP 模式将心理疏导贯穿患者的整个护理过程。护士对患者开展疾病知识宣传教育,能帮助患者消除对未知的恐惧^[6];经一对一的共情交流,能减轻患者心理压力;护士鼓励患者之间分享成功案例,能增强患者的治疗信心;积极建立家庭支持体系,加强情感支持。多维度的心理干预不仅可以直接缓解患者内心负性情绪,还可以通过疼痛缓解降低心理压力,打破这种恶性循环。本研究指出:干预组患者 SAS、SDS 均较对照组显著降低,组间数据存在统计学意义, P<0.05。证实 IKAP 模式对改善心理状态有显著效果,该项结果符合“认知重建+情绪支持”

的核心逻辑。

护理依从性的高低直接影响着护理的效果,患者对疾病的认识不足、对疾病治疗信念不够、自我管理能力缺失,为导致其疾病治疗依从性下降的直接原因^[7]。针对患者,护士为其开展日常护理中,单向的教育很难满足病人的个性化需求,患者的执行意愿较低。IKAP 模式针对患者开展分阶段干预,突破这一难题。个性化健康档案的建立能提高患者的护理措施认同感,一对一的答疑消除执行的疑虑,持续地督导指导解决患者实践中的困难,培养病患自主管理的内在动力^[8]。

本研究指出:和对照组相比,干预组患者的依从率更高, P<0.05。证实 IKAP 模式不是简单强调“被动服从”,而是经过对患者开展赋能教育,令患者成为疼痛管理的主体,明确护理受益和责任,进而积极配合相关干预。

综上所述, IKAP 模式疼痛护理可有效减轻多发性骨髓瘤患者疼痛程度,改善心理状态,提高护理依从性,值得临床推广。

参考文献

[1] 徐菁,王惠,陈洁.循证预防护理在多发性骨髓瘤患者中的应用效果观察[J].医药前沿,2025,15(28):126-129.

[2] 马云飞.目标执行理念宣教联合理论焦点记录法在多发性骨髓瘤患者护理中的应用[J].中华养生保健,2025,43(17):86-90.

[3] 过云琳,浦晓瑜.基于 IKAP 模式的疼痛护理对多发性骨髓瘤患者心理及疼痛状态的影响[J].当代医药论丛,2025,

- 23(24):145-148.
- [4] 李秋月,赵明静.集束化疼痛护理在多发性骨髓瘤患者中的应用效果分析[J].中国社区医师,2025,41(23):76-78.
- [5] 王悦.基于陪伴者计划的医院-家庭联动护理模式干预对多发性骨髓瘤患者自护技能及心理状态的影响[J].慢性病学杂志,2025,26(08):1269-1271+1275.
- [6] 李冰,汪慧珠,刘倩,等.基于“三特三化”的延续护理对多发性骨髓瘤患者自我效能及自护能力的影响[J].智慧健康,2025,11(20):173-175.
- [7] 沈奕新,鲍莉莉.基于罗伊适应模式的疼痛护理对多发性骨髓瘤患者自护能力及疼痛反应的影响[J].当代医药论丛,2025,23(19):171-174.
- [8] 丁丽,胡虹,李梦颖.目标执行宣教结合叙事护理在多发性骨髓瘤化疗患者中的应用效果[J].实用临床医学,2025,26(03):97-101.
- 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**