



Summaries of Nursing Care-Related Systematic Reviews from the Cochrane Library

心理介入措施於兒童、青少年在針頭注射所造成之疼痛或壓力之探討

背景

使用針頭注射的醫療程序常是造成兒童恐懼壓力與疼痛的常見因素。患有慢性病的兒童在診斷、治療或持續管理其病況下，經歷許多疼痛的醫療程序。即使是健康兒童在成長過程中也同樣面臨反覆的疫苗接種，並可能對健康醫療相關程序產生負面情緒和心理上的恐懼 (Kazak 2001)。基於實證臨床指導原則建議採用 '3-P' (pharmacological 藥物、pharmacological 生理、pharmacological 心理) 以降低疼痛醫療程序的影響。(Tadio 2010)。

心理介入包含認知、行為及認知行為治療，認知介入針對負面想法，提倡使用正面的自我表述，如：'我可以撐過去' 來取代 '這會痛'。行為介入則旨在以正面或適應行為來取代負面行為，例如分散注意力、或者在療程前做好準備或預演。認知行為治療技巧則是同時針對想法與行為採用多元的策略。認知行為治療所提出的概念是我們如何去思考 (認知)，感覺 (情緒) 及行動 (行為)，都是相互關聯的，因此改變了一個面向就會影響到另外兩個面向。雖然認知行為治療技術較為直接，某些技術仍須訓練才能獲得最大的成效。再者，敘述性綜論及觀察性研究雖已發現心理介入的益處，但是很少有具系統性的方法來綜合現有的文獻。此份系統性文獻回顧是發表於 2006 年原稿的更新版本，此乃自 2006 年起，已有相當多的文獻刊出。

目標

本文獻回顧是 2006 年文獻回顧的更新版本，旨在評價心理介入措施是否能有效降低針頭注射醫療程序對兒童與青少年造成的疼痛與壓力。

介入 / 方法

本文獻回顧僅將每組至少五位受試者之隨機對照試驗研究納入分析，在搜尋文獻時不限定語言，但限制為已發表的試驗研究。研究對象為二歲到十九歲的兒童及青少年，並接受針頭注射醫療程序，包含牙科治療但不包含身體穿孔及刺青。進行手術的兒童不納入此文獻回顧，因為與手術相關的其他因素如鎮靜與插管，會影響自我陳述疼痛的結果。受試者除了健康的兒童及青少年，也包含有慢性或暫時性疾病的門診及住院病童。

本回顧納入將心理介入與對照比較組、其他積極治療、常規護理或等待名單控制進行比較，則納入研究。當心理治療的獨特影響無法確定時，將心理和非心理治療相結合的研究排除在外。主要研究結果是由具有確定可靠性和有效性的儀器測量的疼痛和痛苦，疼痛與壓力可由自陳問卷、觀察或行為測量等方式呈現。次要的研究結果是以生理測量疼痛與壓力。此回顧搜尋了考科蘭隨機臨床實驗資料庫、電子資料庫及文獻引用的參考書目等，並依據考科蘭的建議進行研究篩選、資料擷取、品質檢核及誤差風險分析，以隨機效應模式合併資料，並以 95% 信賴區間計算標準差。

分析結果

此文獻回顧總共分析了 39 個實驗與其中的 3394 受試者。最常列入研究的針頭注射醫療程序為靜脈注射、點滴注射置放及接種疫苗。分析結果與原先的回顧一致，針頭注射醫療程序的心理介入最常成為研究主題的為分散注意力、催眠及認知行為治療。納入此回顧分析的文獻以研究分散注意力的為大宗，39 個研究中有 19 個研究僅討論分散注意力此心理介入策略，在更新版本中新增的研究依然對分散注意力及催眠的效果提出強而有力的證據。但並無實證可證明其他心理介入策略，如準備及訊息的提供、混合型認知行為治療、家長輔助加上分散注意力、心裡暗示或虛擬實境，對於降低孩童的疼痛與壓力有成效，其他的策略如記憶轉變、家長態度加上分散注意力、吐氣、或分散注意力加上心裡暗示等，皆僅有單一研究提出實證。因此這些心理介入是否有效無法得到具體的結論。除此之外，從誤差風險數值可得知一些領域有著高或者不明的誤差數值，代表著心理介入隨機對照試驗在研究方法的嚴謹度及報告上仍有相當大的改善空間。

結論

分散注意力及催眠對於減輕針頭注射所造成的痛苦與壓力具備有力的實證證據。而在記憶修正、家長態度加上分散注意力、分散注意力配合心裡暗示等心理介入方面，則需要進一步的研究。再者，研究試驗的設計在品質上也需強化以確保研究成果能更有信度及有通則性。

對於臨床護理照護之意義

針頭注射之醫療療程是最令兒童恐懼的醫療經驗。可能會造成長期的負面影響。如患有 1 型糖尿病的兒童，針頭恐懼症會減低血糖監控頻率及疾病控制不佳 (Cemeroglu 2014)。即使針頭注射對兒童造成疼痛與壓力是很普遍的現象，針頭注射醫療程序有使用心理介入以降低疼痛與壓力的紀錄 (Stevens 2011) 少於療程數量的三分之一。護理師扮演支持病患的角色，被認為是臨床照護中重要的一

環，因此護理師對於在進行疼痛醫療程序的兒童及青少年進行護理照護時，是可以推動實證實務的理想角色，因此可鼓勵多使用分散注意力及催眠作為心理介入措施。

參考文獻

Cochrane Summary: Natalie K Bradford PhD, MPH, BNurs, RN, Queensland Youth Cancer Service, Lady Cilento Children's Hospital, Brisbane, Australia. Psychological interventions for needle-related procedural pain and distress in children and adolescents.

Cochrane review: Uman LS, Birnie KA, Noel M, Parker JA, Chambers CT, McGrath PJ, Kisely SR. Psychological interventions for needle-related procedural pain and distress in children and adolescents. Cochrane Database of Systematic Reviews 2013, Issue 10. Art. No.: CD005179. DOI: 10.1002/14651858.CD005179.pub3. <http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/14651858.CD005179.pub3/full#CD005179-bbs2-0202>

Cemeroglu, Ayse, et al. "Fear of Needles in Children with Type 1 Diabetes Mellitus on Multiple Daily Injections and Continuous Subcutaneous Insulin Infusion." *Endocrine Practice* 21.1 (2014): 46-53.

Kazak AE, Kunin-Batson A. Psychological and integrative interventions in pediatric procedure pain. In: GA Finley, PJ McGrath editor(s). *Acute and Procedure Pain in Infants and Children*. Seattle: *IASP Press*, 2001:77-100.

Stevens B, Abbott L, Yamada J, Harrison D, Stinson J, Finley A, et al. Epidemiology and management of painful procedures in children in Canadian hospitals. *Canadian Medical Association Journal* 2011;183(7):E403-10.

Taddio A, Appleton M, Bortolussi R,



國立臺北護理健康大學
National Taipei University of Nursing and Health Sciences

Chambers CT, Dubey V, Halperin, S, et al.
Reducing the pain of childhood vaccination:
An evidence-based clinical practice
guideline. *Canadian Medical Association
Journal* 2010;182:E843-55.

譯者

林淑雯，國立臺北護理健康大學休閒產
業與健康促進系助理教授