



# บทที่ 6

## การดูแลเกี่ยวกับความเจ็บปวด



อาจารย์ณัฐธัญญา ประสิทธิ์ศาสตร์

**PNC 1109** เทคนิคการช่วยเหลือดูแลบุคคลขั้นพื้นฐาน  
(Basic Nursing Assistant Technique)



# การการดูแลเกี่ยวกับความเจ็บปวด

วัตถุประสงค์ : หลังจบบทเรียนนี้ นักศึกษาสามารถ

1. บอกกลไกการเจ็บปวดได้
2. บอกลักษณะชนิดประเภทความปวดได้
3. บอกปัจจัยที่ส่งผลต่อความเจ็บปวดได้
4. บอกการตอบสนองของร่างกายต่อความเจ็บปวดได้
5. บอกการดูแลเกี่ยวข้องกับความเจ็บปวดได้



# การการดูแลเกี่ยวกับความเจ็บปวด





ความเจ็บปวด ในความหมาย  
ของท่านหมายถึงอะไร?





# DEFINITION OF PAIN : คำจำกัดความของความเจ็บปวด(PAIN)

INTERNATION ASOCIATION FOR THE STUDY OF PAIN: IASP

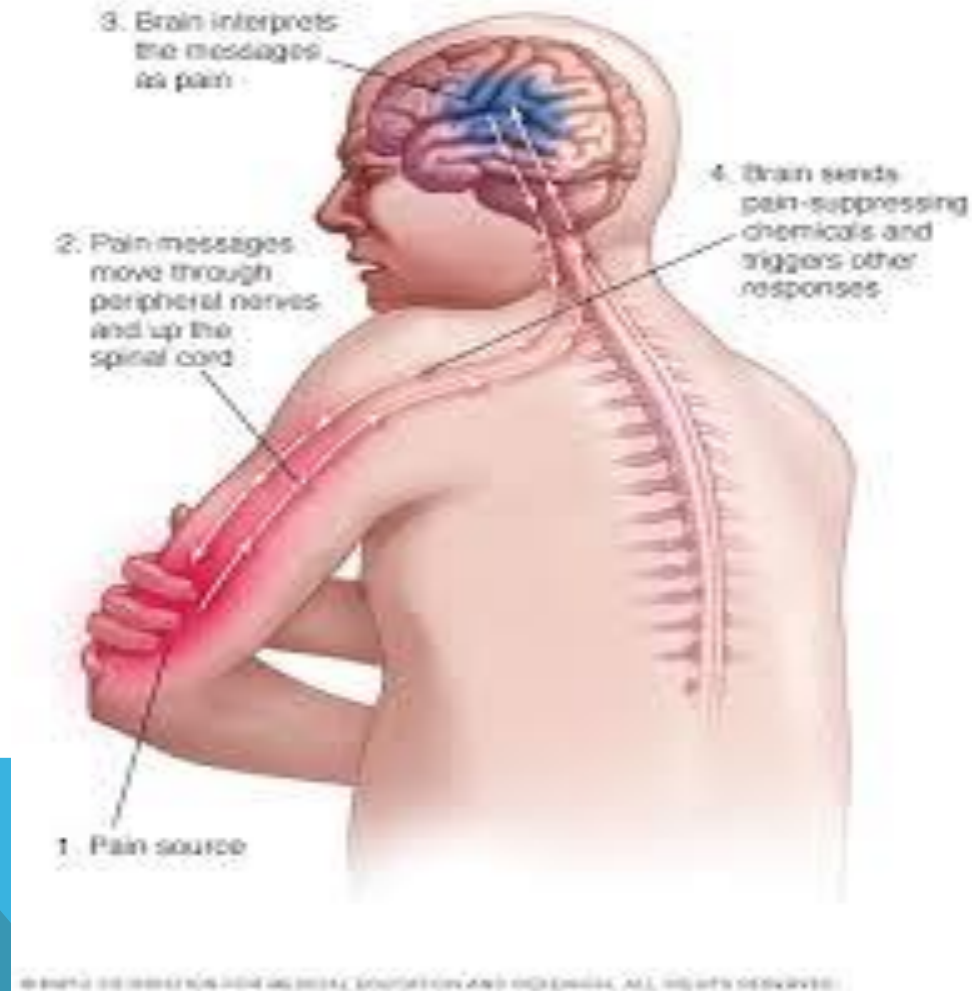
“ความปวดเป็น  
ประสบการณ์ ความรู้สึกที่  
ไม่สบาย ซึ่งเกิดจากการ  
ทำลายเนื้อเยื่อ หรือเสมือน  
หนึ่งมีการทำลายเนื้อเยื่อ”

Margo McCaffery, 1991

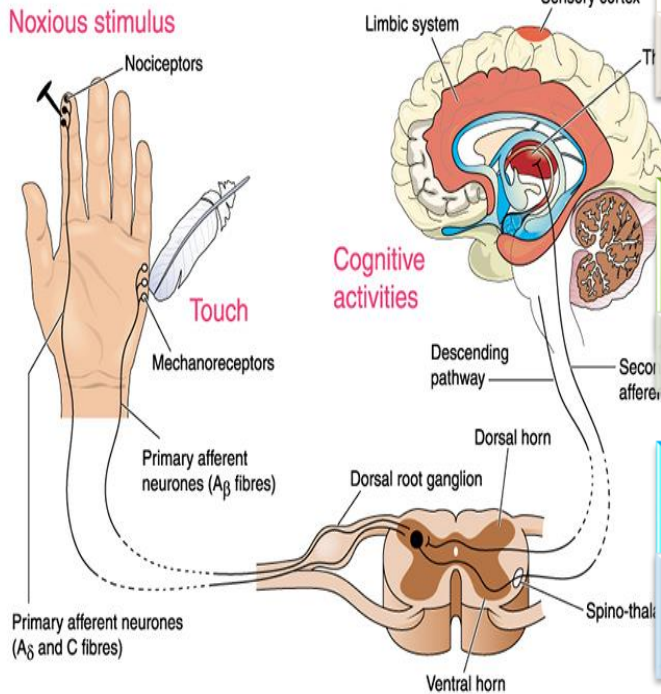


# กลไกการเกิดความเจ็บปวด

ความเจ็บปวด



# กระบวนการทางสรีรวิทยา ขั้นตอนสำคัญ 4 ขั้นตอน



การเหนี่ยวนำกระแสประสาท  
**Transduction:** เกิดการบาดเจ็บ หลังสารสื่อประสาท

การส่งกระแสประสาท  
**Transmission:** ไซสันหลังและสมอง

การรับรู้ความปวด  
**Perception :** ลักษณะความรุนแรงของตำแหน่ง  
ประสบการณ์

การปรับกระแสประสาท  
**Modulation:** เกิดขึ้นเพื่อบรรเทาปวด

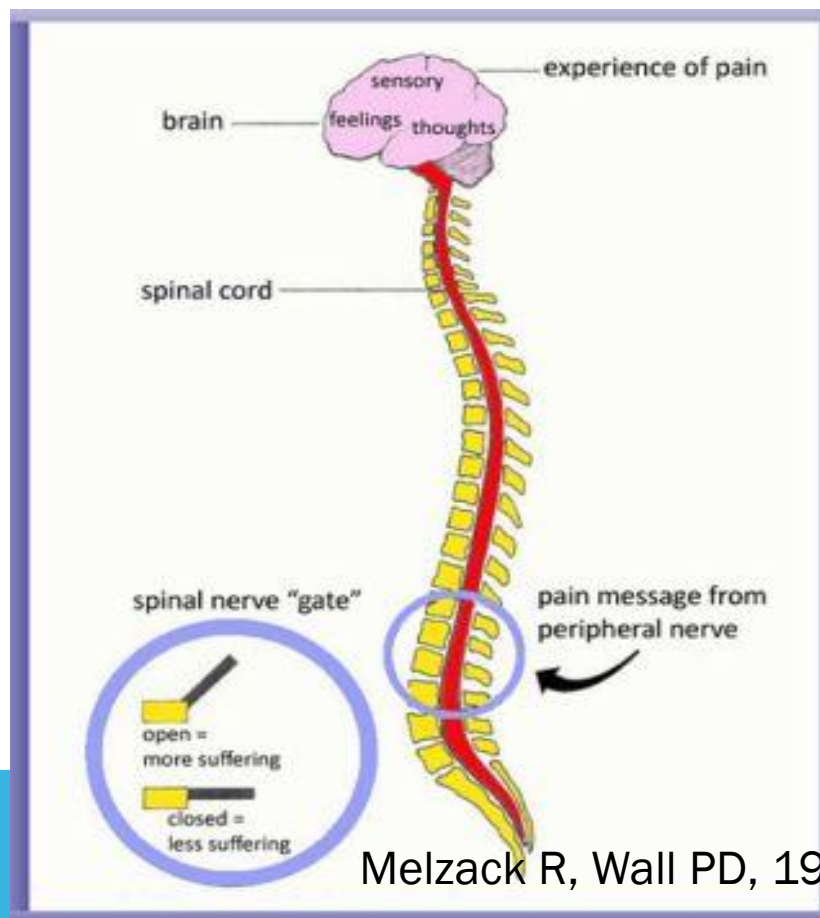


# ทฤษฎีของความปวด (GATE CONTROL THEORY)

## ทฤษฎีควบคุม การเปิดและปิด (Gate control theory)

คือ

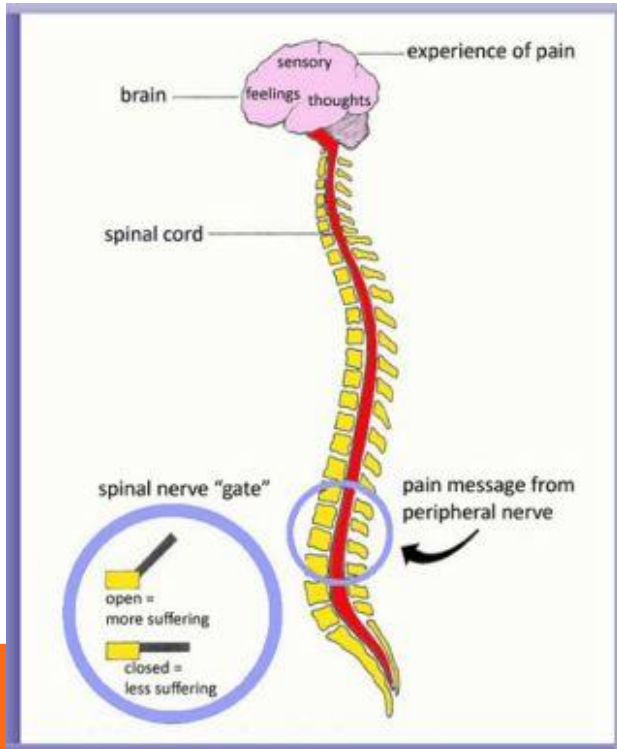
- ระบบควบคุมประตูในไขสันหลัง (Gate control theory)
- ระบบควบคุมส่วนกลางในคอร์เทกซ์ (Cortex) และทาลามัส (Thalamus)
- และระบบการเคลื่อนไหว (Modulate)







# (GATE CONTROL THEORY) ระบบการควบคุมไมโทสหลัง



*Substantia Gelatinos : SG cell*

เซลล์ประสาทยับยั้งการส่งต่อกระแสประสาท

ยับยั้งกระแสประสาทส่งต่อ: T Cell

ส่งผลให้กระแสประสาทไม่ไปถึงสมอง

ทำให้ปิดประตูความปวด



# การจัดการความปวด

กระตุ้นใยประสาทขนาดใหญ่มาก

จะกระตุ้นการทำงานของ  
SG cell

ไม่เกิดความเจ็บปวด





เส้นใยประสาท	สัญญาณ
<p>เส้นใยประสาท <u>เบต้า (A bata fiber)</u> เป็นเส้นใย ประสาทขนาดใหญ่ มี เส้นผ่าศูนย์กลาง</p>	<p>รับสัญญาณประสาทจากการ สัมผัสเหมือน การนวด การกด และ ระดับอุณหภูมิ</p>
<p>เส้นใยประสาท <u>แอลฟา (A alpha fiber)</u> เป็น เส้นใยประสาทขนาดใหญ่ที่สุด</p>	
<p>เส้นใยประสาท <u>เอเดลต้า (A delta fiber)</u> เป็น เส้นใยประสาทขนาดเล็ก ส่งประสาทในระยะเวลา อันสั้น</p>	<p>นำความรู้สึกชนิดแหลมคม บอกตำแหน่งที่ ปวดได้ ชัดเจน และความรู้สึกปวดจะหมดไป เร็ว</p>
<p>เส้นใยประสาทซี (<u>C fiber</u>) เป็นเส้นใยประสาท ขนาดเล็ก นำกระแสประสาทในอัตราช้า</p>	<p>นำความรู้สึก ปวดตื้อๆ ,ปวดแสบปวดร้อน, หรือปวดบอกตำแหน่งได้ไม่ชัดเจน ความรู้สึกปวดอยู่เป็นเวลานาน</p>

สาเหตุการเจ็บปวดมากขึ้นหรือลดลง

การกระตุ้นกระแสประสาทขนาดเล็ก = Pain เพิ่มขึ้น

การกระตุ้นกระแสประสาทขนาดใหญ่ = Pain ลดลง

การกระตุ้นกระแสประสาทขนาดเล็ก = Pain เพิ่มขึ้น

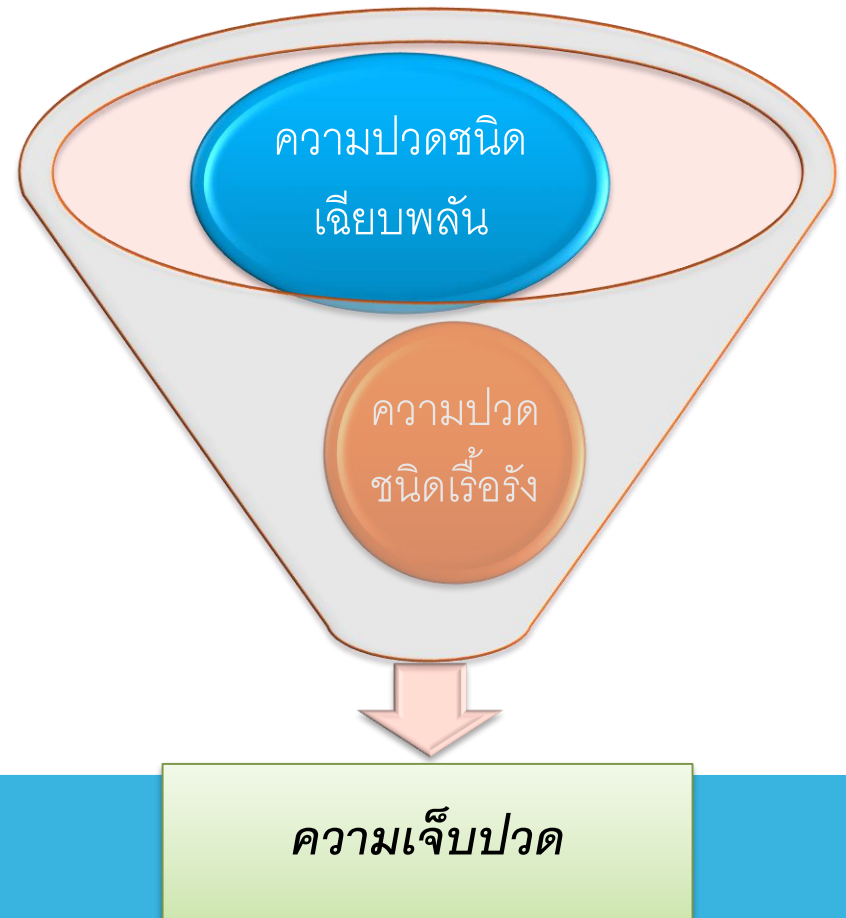


การกระตุ้นกระแสประสาทขนาดใหญ่ = Pain ลดลง



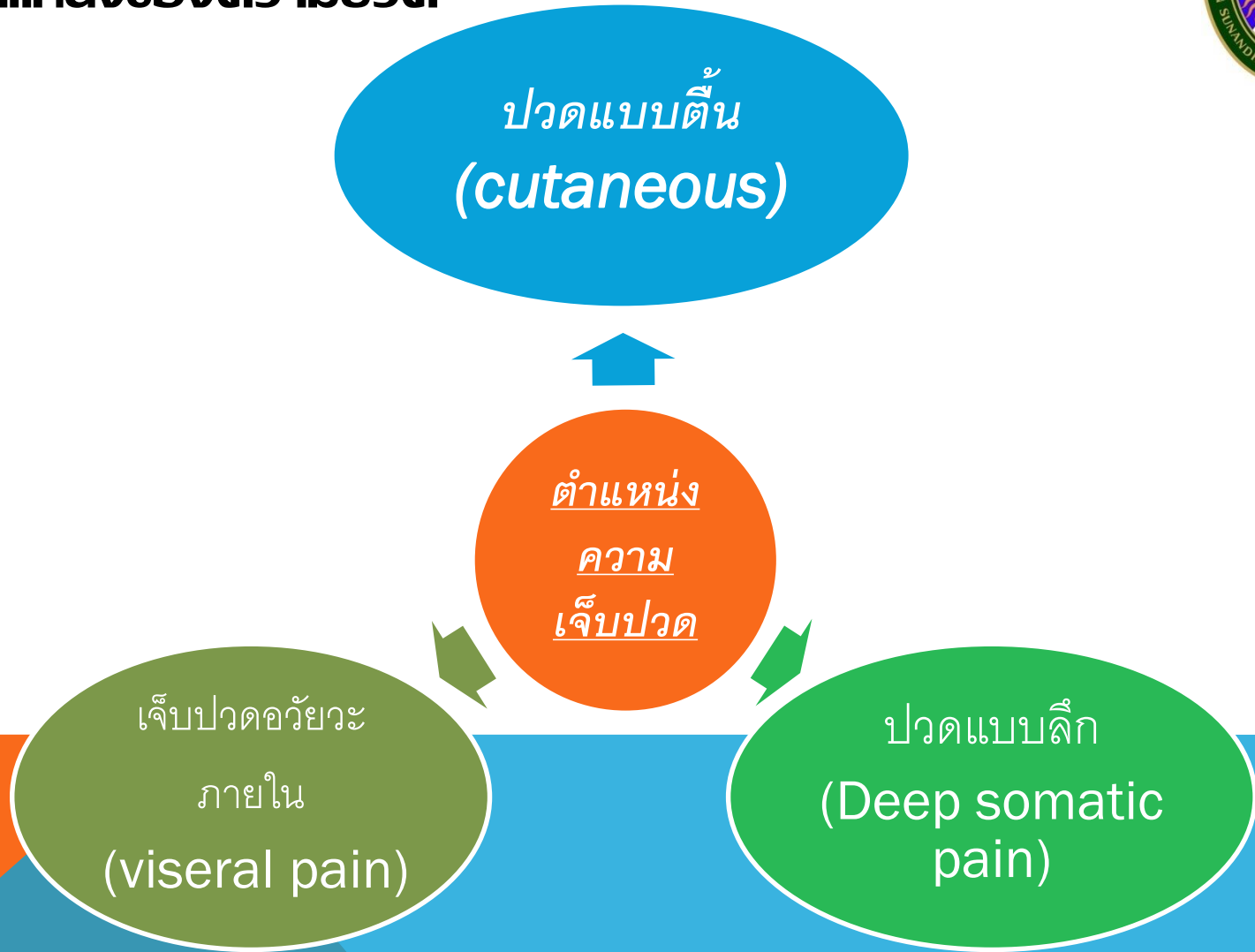
## ลักษณะ และชนิดของความเจ็บปวด

จำแนกความปวดโดยใช้เวลา (Duration)  
สามารถแบ่งความปวดได้ ชนิด 2 ชนิด





# ตำแหน่งของความปวด







# ปัจจัยที่มีผลต่อความเจ็บปวด



ปัจจัยด้าน  
สรีระ

ปัจจัยด้าน  
จิตใจ

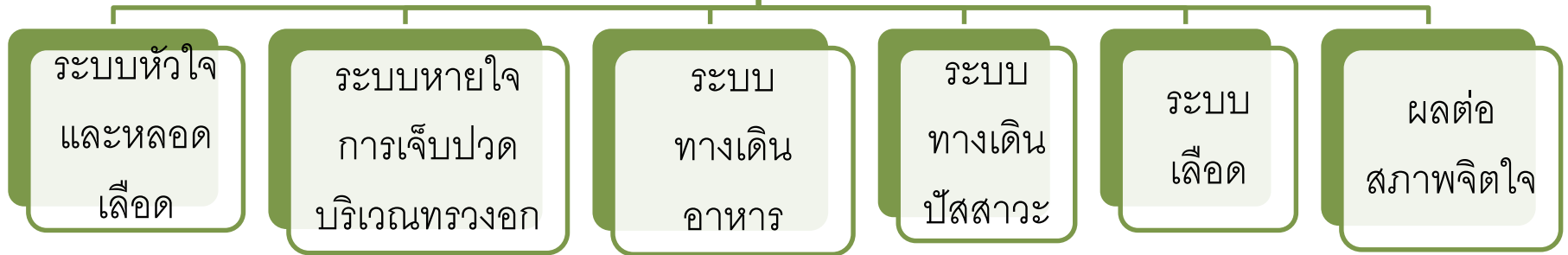
ปัจจัยด้าน  
สังคมและ  
วัฒนธรรม

ปัจจัยด้าน  
สิ่งแวดล้อม

**ความเจ็บปวดของบุคคล**

การตอบสนองของร่างกายต่อความเจ็บปวด: การตอบสนองด้านสรีรวิทยา  
ของร่างกายหลายระบบ

การตอบสนองของร่างกายต่อความเจ็บปวด





# การช่วยเหลือดูแลผู้ป่วยที่มีความเจ็บปวด

**การประเมิน :**

การซักประวัติ ตรวจร่างกาย

**การวางแผนการดูแลช่วยเหลือ :**

การระบุปัญหา

**การตั้งเป้าหมาย**

ระบุผลลัพธ์ การดูแล

**การจัดการความเจ็บปวด**





# การประเมิน : การซักประวัติ ตรวจร่างกาย



1

- ซักถาม อายุ ระดับความรู้สึก ยาที่ใช้ การแพ้ยา เวลาที่เริ่มปวด ระยะเวลาของความปวด ลักษณะของความปวด ความรุนแรง ตำแหน่ง อาการที่เกี่ยวข้อง และปัจจัยที่มีผลต่อการเพิ่มหรือบรรเทาปวด

2

- สภาพร่างกาย/สภาพอารมณ์/ความคาดหวังต่อความปวด/การยอมรับความปวด/ความกังวลเกี่ยวข้องกับความเจ็บปวด

3

- การตรวจร่างกาย การประเมินความปวด



# การประเมินความปวด

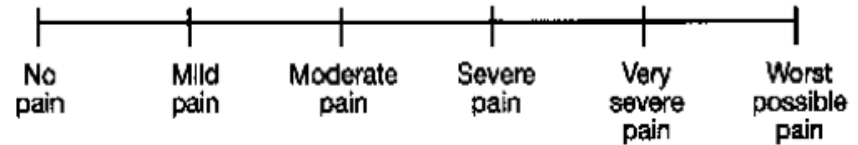


1

- โดยคำบอกเล่า : ความรุนแรง

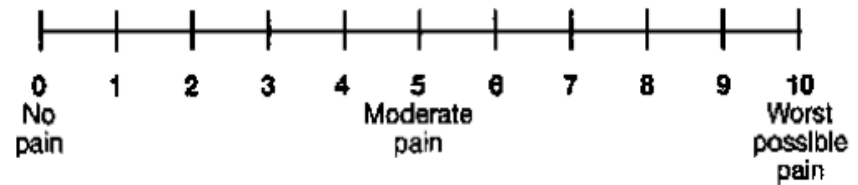
2

## Simple Descriptive Pain Intensity Scale<sup>1</sup>

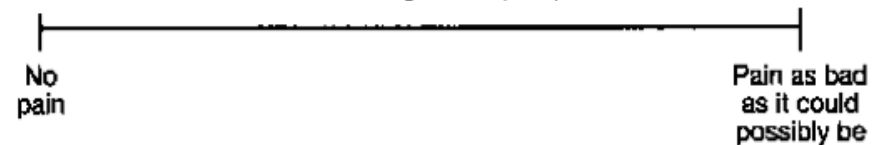


3

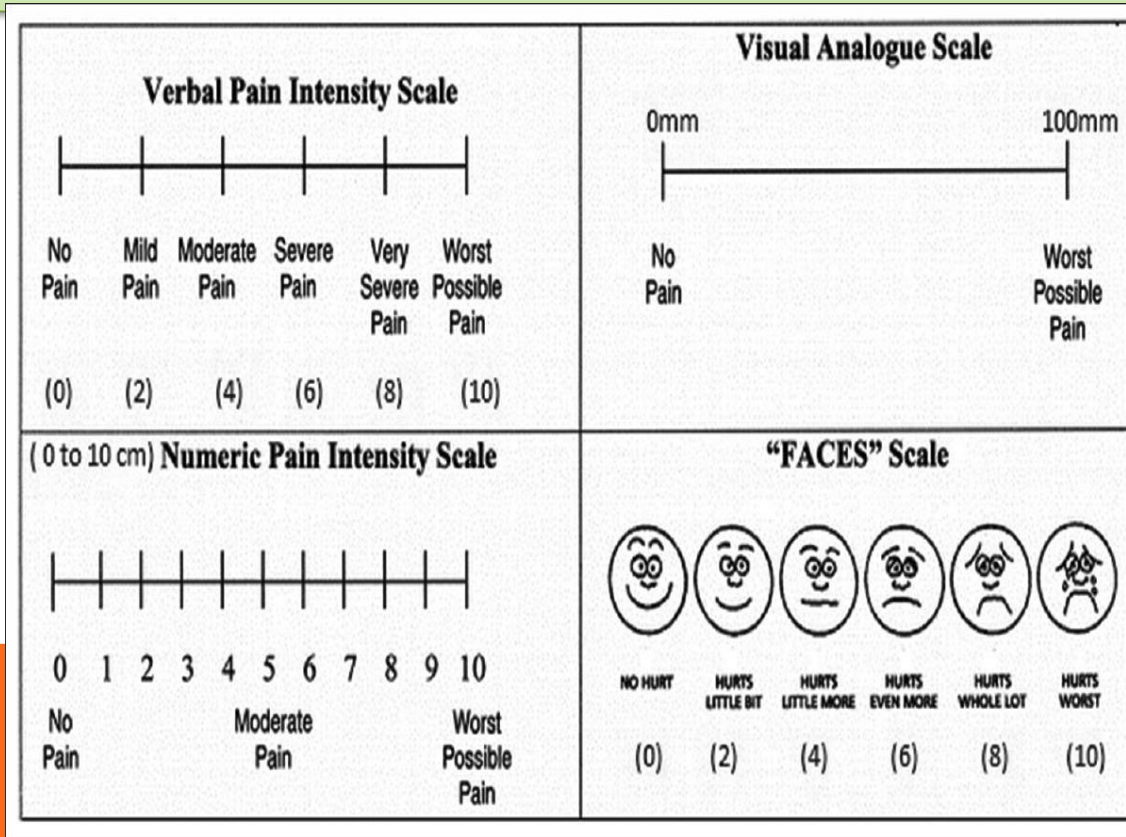
## 0-10 Numeric Pain Intensity Scale<sup>1</sup>



## Visual Analog Scale (VAS)<sup>2</sup>



# เครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน ระดับความเจ็บปวด



# การบรรเทาปวดโดยไม่ใช้ยา



จัดทำผู้ป่วย

การนัด

การประคบร้อนและเย็น : การประคบเย็นควรทำทันที ที่มีการบาดเจ็บภายใน **24-48** ชั่วโมง

ยอมรับในความสำคัญของแรงกดดันที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมในผู้ป่วย

พัฒนาทัศนคติของผู้ดูแลช่วยเหลือ

ให้กำลังใจเพื่อเสริมสร้างความมั่นใจ

การเสริมสร้างความมั่นใจและรู้สึกปลอดภัย

# กระบวนการดูแลที่เกี่ยวข้องกับความปลอดภัย

## 4. การปฏิบัติการดูแลช่วยเหลือ (Nursing Intervention)

ซึ่งสามารถทำได้หลายลักษณะ



4.1 การช่วยเหลือด้านร่างกาย

4.2 การจัดสภาพแวดล้อม

4.3 การให้ข้อมูล

4.4 การให้ความช่วยเหลือทางด้านจิตใจ

4.5 ฝึกทักษะทางจิตวิทยา

4.6 การให้ความช่วยเหลือครอบครัวหรือบุคคลสำคัญ



## กระบวนการดูแลที่เกี่ยวข้อกับความปวด

### 5. การประเมินผลการดูแลช่วยเหลือ (Evaluation)

การประเมินผลทางการพยาบาลเป็นการประเมินคุณค่าทางการดูแล ภายหลังจากให้การดูแลได้ปฏิบัติกิจกรรมการพยาบาลตามที่วางแผนมา โดยการประเมินผลการพยาบาลจะประเมินให้สอดคล้องกับการเขียนวัตถุประสงค์ทางการพยาบาล



# กิจกรรมการณ: การแสดงบทบาทสมมติ

1. กรณีผู้ป่วยเบาหวาน แพทย์ปรับการรักษาจากการรับประทานเป็นยาฉีด
2. ผู้ป่วยวัยรุ่นปวดท้องมาก มาที่ห้องฉุกเฉิน
3. ผู้ป่วยมะเร็งปากมดลูกแพทย์แจ้งให้ผ่าตัดมดลูก
4. ผู้ป่วยเป็นโรคเบาหวาน ความดันรักษามาหลายปีไม่หาย ไม่มีคนดูแล
5. ผู้ป่วยวัยรุ่นประสบอุบัติเหตุ แขนหัก