

• 综 述 •

儿童静脉采血恐惧心理分析及干预措施的研究进展

叶 丹 综述, 莫 霖[△] 审校

(重庆医科大学附属儿童医院, 重庆 400014)

[摘要] 静脉采血是儿科常见的护理操作, 此操作会给儿童带来恐惧、焦虑等不良心理反应, 这些心理反应导致穿刺配合度降低, 增加了采血难度。因此, 在操作中需要关注干预儿童的心理状态。近年来, 国内外学者对儿童静脉采血的心理干预措施进行了广泛研究。该文综述了不同年龄段儿童静脉采血过程中可能产生的不良心理反应, 归纳不良心理反应的影响因素。针对不同年龄段儿童的特点, 护理人员可采取有效的心理干预措施, 旨在减轻儿童恐惧, 提高穿刺成功率和护理人员工作效率。

[关键词] 儿童; 静脉采血; 恐惧; 干预措施; 综述

DOI: 10.3969/j.issn.1009-5519.2024.13.030 **中图法分类号:** R248.4

文章编号: 1009-5519(2024)13-2305-04

文献标识码: A

Research progress of fear psychoanalysis and intervention measures for venous blood collection in children

YE Dan, MO Lin[△]

(Children's Hospital Affiliated to Chongqing Medical University, Chongqing 400014, China)

[Abstract] Intravenous blood collection is a common nursing operation in pediatrics, but this operation will bring fear, anxiety and other adverse psychological reactions to children, increase the difficulty of blood collection, and affect the physical and mental health. Therefore, in addition to routine operation techniques, the psychological state of children. In recent years, domestic and foreign scholars have conducted extensive research on psychological interventions for venous blood collection in children. This paper reviewed the possible adverse psychological reactions during venous blood sampling in children of different ages, and summarizes the influencing factors of fear psychology. According to the characteristics of children of different ages, nursing staff take effective psychological intervention measures aimed at reducing children's fear and improving the success rate and efficiency of puncture. These research advances provide valuable information for clinical nursing practice and nursing research.

[Key words] Child; Venous Blood Collection; Fear; Intervention; Review

静脉采血是儿科临床治疗中常见的操作之一, 然而, 由于儿童对采血的恐惧和焦虑, 往往增加了采血操作的难度, 同时也对儿童的身心健康产生不良影响。因此, 如何减轻儿童静脉采血时的恐惧心理, 提高采血效率和成功率成为当前护理领域研究的热点问题。近年来, 国内外学者对儿童静脉采血的心理干预措施进行了广泛研究, 对采血恐惧的原因、特点、影响因素等进行了探讨, 并采取相应的干预措施如心理疏导、社会支持、认知行为治疗等减轻患儿采血恐惧心理。但针对不同年龄段的患儿干预措施实施细则讲述较少, 本文将对儿童静脉采血恐惧心理干预措施的研究进展进行综述, 以期为临床工作提供参考意义。

1 恐惧心理的本质

恐惧心理是指个体在面对特定刺激时产生的强烈而持续的心理反应, 通常表现为认知、行为和生理上的改变。恐惧心理可能对儿童身心造成危害, 例如

过度焦虑和紧张, 影响机体免疫功能, 降低睡眠质量等。恐惧心理的本质是对危险的感知。恐惧心理是一种基本的情绪, 属于人类生存的本能反应, 是指当遇到某种强烈刺激时, 个体产生的不愉快感觉或反应。恐惧心理是一种最基本的情绪, 在哺乳动物中, 恐惧心理主要出现在生命早期, 其对个体的生存具有重要意义。随着年龄增长, 恐惧心理逐渐减弱或消失, 直至成年期恐惧心理会得到相应的缓解或消失。

婴幼儿阶段是儿童成长过程中最早也是最重要的时期, 婴幼儿时期也是儿童成长过程中与环境进行沟通交流最频繁、对外界刺激反应最为敏感和强烈的时期。在此阶段, 儿童往往会受到父母、周围环境和他人的影响, 而这些因素也会对儿童成长产生重要影响^[1]。在婴幼儿时期, 父母和周围环境对儿童行为举止有很大影响, 父母如果过于严厉会使儿童产生恐惧心理; 如果父母经常给予孩子一些负面评价等会使儿童产生焦虑或压抑情绪。

[△] 通信作者, E-mail: molin999@126.com.

2 恐惧心理的表现形式

恐惧心理可使患儿出现强烈的应激反应,而应激反应又会导致儿童机体内环境发生变化。有研究表明,恐惧心理可以通过“应激-反应”模型进行预测^[2]。应激-反应模型是指个体在受到刺激时产生的一种特定的心理过程或情绪反应,其是由个体对刺激做出的一种非适应性的生理和心理反应。在应激-反应模型中,“刺激”是指引起个体产生相应反应的外部条件;“反应”则是指个体对外界刺激所做出的身体反应;“刺激”和“反应”共同构成了一个完整的循环体系^[3]。

恐惧心理是一种情感反应,其表现形式可分为生理和心理两方面。生理方面主要表现为注意力不集中,全身肌肉紧张,心率加快,呼吸加快等;心理方面主要表现为紧张、焦虑、害怕、烦躁等。恐惧心理出现在儿童静脉采血中,是其应激反应的一部分。不同年龄阶段的儿童恐惧心理特点不同。

2岁以内的患儿主要表现为害怕或不安,表现为哭闹、不配合采血或不愿接受采血。随着年龄增长,儿童在生理和心理上出现了明显变化,主要表现为焦虑或烦躁不安,并随着年龄的增长逐渐减轻或消失。此外,有研究表明儿童对采血过程中可能出现的疼痛也存在不同程度的恐惧心理。

2.1 生理表现 恐惧心理一般仅局限于身体某部位或某器官的疼痛,如皮肤瘙痒、瘀斑、疼痛等^[4]。恐惧心理的产生主要是由恐惧对象与个体之间存在某种特定的关系而引起,例如当患儿处于恐惧状态时,其身体和情绪都会发生改变,如呼吸急促、心跳加快、全身出汗等。恐惧心理与其他应激反应一样会使机体发生一系列生理变化,如血压升高、心率加快等^[5]。此外,恐惧心理还会导致患儿出现一系列不良反应。当患儿处于恐惧状态时,其机体内环境发生改变,使患儿出现各种不适症状,如恶心、呕吐、出汗、晕厥等。由于儿童正处于生长发育时期,神经系统尚未发育成熟,对外界刺激敏感且易受惊吓。当静脉采血时,由于血管扩张、瘀滞和静脉壁的痉挛等因素易导致局部疼痛而引起患儿哭闹,继而影响采血效果。另外,当儿童处于极度饥饿或极度口渴时也会引起疼痛不适^[6]。

2.2 心理表现 有研究表明,儿童在采血过程中,尤其是采血困难的患儿,出现疼痛的可能性较大^[7]。疼痛会对患儿心理状态产生不良影响,使患儿产生恐惧心理,从而拒绝采血。疼痛可能通过以下3种途径来影响儿童的心理状态:(1)通过影响儿童神经系统从而会影响其心理状态;(2)通过影响儿童的自主神经功能,如交感神经兴奋和迷走神经抑制等引起的躯体反应;(3)通过疼痛引起不良情绪反应。在采血过程中,由于小儿机体反应能力差,神经系统调节功能不完善,对疼痛的反应不敏感,可能会产生恐惧心理。而恐惧心理可进一步加剧患儿对采血过程中疼痛的恐

惧情绪^[6]。由于患儿年龄小,缺乏对采血过程的正确认知,致使其恐惧心理更加严重,他们常常会表现出紧张、焦虑、恐惧等情绪^[8]。这种情绪不仅会影响患儿对采血过程中血管损伤程度的判断及对采血技术的掌握,还会直接影响患儿对采血护士的信任感和满意度^[9]。心理因素是指患儿在采血过程中出现的应激反应。采血过程中产生应激反应的原因有很多,包括恐惧、紧张、焦虑、疼痛等。在儿童中比较常见的是由于对采血结果不满意而引起的恐惧心理^[10]。具体来说,如果儿童在接受采血时,对于血液检查的结果有某种期望或担忧,例如他们可能担心自己的健康状况或疾病的诊断结果,而当这种结果未能满足他们的期望或让他们感到担忧时,便可能引发他们的恐惧反应。这种恐惧反应可能是对于未知的恐惧,也可能是对特定结果的恐惧。

3 不同年龄段儿童在静脉采血时出现恐惧心理的原因分析

不同年龄段儿童在静脉采血时出现恐惧心理的原因可能有所不同,以下是针对不同年龄段儿童出现恐惧心理的可能原因分析。

3.1 幼儿(3岁以下) (1)陌生感:幼儿对陌生环境和陌生人可能感到恐惧,而静脉采血通常需与陌生的医护人员接触,这可能引发恐惧心理;(2)疼痛感知:幼儿对疼痛的感知能力较弱,静脉采血可能会带来疼痛感受,导致恐惧和不安情绪^[11];(3)语言沟通困难:幼儿语言表达能力有限,难以理解医护人员的解释和安抚,这也可能加剧儿童恐惧情绪^[12]。

3.2 学龄前儿童(3~6岁) (1)想象力丰富:学龄前儿童的想象力较为丰富,他们可能会对静脉采血过程产生各种恐惧的想象,例如认为会受到伤害;(2)控制感缺失:学龄前儿童可能缺乏对自身情况的控制感,静脉采血可能让他们感到无助和恐惧;(3)对疼痛的恐惧:学龄前儿童对疼痛的认知逐渐增强,他们可能对疼痛产生恐惧。

3.3 学龄儿童(6岁以上) (1)先前经历影响:学龄儿童可能会受到先前静脉采血经历的影响,如果曾经有不愉快的经历,可能会导致恐惧心理;(2)对过程了解:学龄儿童对静脉采血过程有更多的了解,可能会因为担心疼痛或不适而产生恐惧;(3)社会比较压力:学龄儿童可能会受到同龄人或家长的影响,对静脉采血过程产生恐惧,担心自己表现不好或受到痛苦。

4 不同年龄段儿童在静脉采血过程中恐惧心理的调节措施

近年来,儿童心理护理逐渐受到重视。但儿童不同年龄阶段对采血恐惧的产生原因及应对方式存在差异,需要根据不同年龄阶段采取不同的干预措施^[12]。

4.1 采血前 儿童在心理上对医院及穿着白大褂的工作者是抗拒的。医护工作者要注重技巧,用微笑与

笑容使儿童减少恐惧,给儿童温和、亲切的感觉,拉近彼此关系,从而建立初步的信任。与儿童聊天,询问其感兴趣的事情,并让其身处于感兴趣的事情而忘记采血的恐惧。对于一开始就哭闹不停的儿童,要有耐心,并慢慢安抚,切不可粗暴治疗,以免留下阴影。若还是哭闹不止,应停止治疗,等候片刻,并予以安慰^[13]。

4.2 采血中

4.2.1 采用视觉提示法减轻采血疼痛及恐惧

视觉提示法是指利用儿童熟悉的事物,以卡通图片或玩具为载体,将采血的相关信息通过视觉形式呈现在儿童面前,以此来降低采血疼痛及恐惧的方法^[14]。

视觉提示法和注意力转移法可以针对不同年龄段的患儿实施相应的干预措施,对于不同年龄段的患儿,视觉提示法和注意力转移法都可以帮助他们应对焦虑和不良情绪。重要的是要根据患儿的年龄和发展阶段选择适合的方法来实施干预措施^[14]。

如使用卡通图片或玩具作为载体,通过在儿童面前展示采血过程中可能出现的疼痛和不适,让儿童通过视觉认知来消除恐惧心理^[15]。这种方法最早由 PORZAK 等提出,应用于儿童静脉采血,其目的是减轻患儿对疼痛的恐惧心理,提高患儿配合度。该方法主要通过将采血过程中可能出现的疼痛信息通过卡通图片、玩具等方式呈现在儿童面前,通过视觉化刺激让患儿形成条件反射^[16]。有研究表明,使用卡通图片和玩具作为载体后,能有效缓解采血时的疼痛反应^[17-18]。但在实际操作过程中还需考虑以下问题:(1)在选取卡通图片时应遵循科学性、系统性、准确性的原则;(2)在选用卡通图片和玩具时应充分考虑其色彩、形状等特征;(3)在选用卡通图片和玩具时应注意其与其他载体的搭配性,以避免给儿童带来“视觉疲劳”;(4)在选用卡通图片和玩具时应注意其色彩及图片质量^[19-20]。

4.2.2 转移注意力法

在为儿童进行静脉采血时,转移注意力法可以结合视觉提示法一起使用。转移注意力法是指利用图像、颜色、形状等视觉元素来引导儿童的目光和注意力,以帮助他们转移对采血过程的关注。例如,可以在采血室中布置有趣的图片、玩具、动画片等,以吸引儿童的注意力,同时利用色彩鲜艳的绷带、可爱的针头等道具来缓解儿童的恐惧感。(1)3岁以下幼儿期。视觉提示法:使用鲜艳的颜色、明显的形状或符号来吸引幼儿的注意力。可以将这些提示与日常生活中的事物联系起来,例如在玩具上贴上标签或使用鲜艳的颜色来区分不同的物体^[21]。注意力转移法:通过引导幼儿注意其他事物来转移他们对不感兴趣或焦虑的事物。例如,当幼儿哭闹时,可以引导他们注意周围的环境、听音乐、玩玩具等,以帮助他们将注意力转移到其他事物上。(2)3~6岁学龄前儿童。视觉提示法:使用更多的图片和符号来帮

助儿童理解事物,可以将这些提示与书籍、故事或游戏联系起来,以增强儿童的理解和记忆。注意力转移法:通过引导儿童注意其他事物来转移他们对不感兴趣或焦虑的事物。例如,当儿童哭闹时,可以引导他们注意周围的环境、听音乐、玩游戏等,以帮助他们将注意力转移到其他事物上^[22]。此外,可以教儿童一些自我调节情绪的方法,如深呼吸、放松身体等。(3)6岁以上学龄儿童。视觉提示法:使用更多的图表和可视化工具来帮助儿童理解事物,可以将这些提示与学校作业、阅读或游戏联系起来,以增强儿童的理解和记忆。注意力转移法:通过引导儿童注意其他事物来转移他们对不感兴趣或焦虑的事物。例如,当儿童遇到困难时,可以引导他们注意周围的环境、听音乐、玩游戏等,以帮助他们将注意力转移到其他事物上。此外,也可以教儿童一些自我调节情绪的方法,如深呼吸、放松身体等。

在实施转移注意力法和视觉提示法时,需要注意以下几点。(1)与儿童建立良好的沟通:医护人员需要与儿童建立信任和良好的沟通关系,了解他们的兴趣爱好和喜欢的物品,以便更好地引导他们的注意力。(2)创造舒适的环境:采血室应该营造一个舒适、温馨、轻松的氛围,以减轻儿童的紧张感和恐惧感。可以布置一些柔和的灯光、温暖的色调、舒缓的音乐等元素。(3)给予适当的奖励:在儿童完成采血后,可以给予他们适当的奖励,如小玩具、糖果、贴纸等,以增强他们的自信心和积极性。(4)家长陪伴:是儿童最信任和最安全的力量,可以让家长在采血过程中给予儿童情感支持和鼓励,帮助他们更好地应对采血过程^[23-25]。

4.3 采血后

对于在采血过程中表现不错的儿童要予以鼓励,并加以口头赞美,这有助于其形成健康的心理^[26]。

5 小 结

由于儿童在生理、心理上与成人存在差异,对静脉采血有着不同的恐惧心理,导致采血时容易产生疼痛感,甚至出现皮肤损伤。因此,在儿童静脉采血前,护理人员要进行全面的健康宣教,告知其静脉采血的目的、方法及注意事项,帮助患儿克服恐惧心理;在进行静脉采血时,要注重患儿的心理变化,根据不同阶段采用不同的干预措施;在进行静脉采血操作时,护理人员要细心、耐心、温柔操作;对患儿进行心理干预时,要及时观察患儿的情绪变化,一旦出现异常情况应立即停止采血;对于出现恐惧心理的患儿要及时给予安慰、鼓励和支持等^[27-29]。

参考文献

- [1] 韩军,徐姝娟. 心理护理干预对静脉采血患者疼痛的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2010, 16(5): 95-96.
- [2] 刘园园. 认知心理干预对颅内血肿清除术患者术

- 后心理状态及应激反应的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2023, 31(7):1036-1041.
- [3] 王丽镒. 心理护理在儿童入托体检静脉采血中产生恐惧心理的干预模式[J]. 智慧健康, 2022, 8(10):143-145.
- [4] 李素霞. 标识定位法联合心理干预在学龄儿童体检中的应用[J]. 河北医药, 2016, 38(2):309-311.
- [5] 王子轩, 陈爱萍. 心理干预对儿童静脉穿刺疼痛的影响[J]. 中国疼痛医学杂志, 2008, 14(4):243-245.
- [6] 李梅, 范雪梅, 李天佐. 心理干预对不同年龄儿童围术期焦虑的影响[J]. 中华麻醉学杂志, 2003, 23(9):707-708.
- [7] 杨黎星. 减轻患儿静脉穿刺时负性情绪的心理干预[J]. 护理学杂志, 2003, 18(3):210-211.
- [8] 宋祥金, 吴勤, 李蓉, 等. 乐园式采血室对 2~6 岁儿童采血依从性的干预效果研究[J]. 赣南医学院学报, 2020, 40(1):96-98.
- [9] 杨黎星. 减轻患儿静脉穿刺时负性情绪的心理干预[J]. 护理学杂志, 2003, 18(3):210-211.
- [10] 徐小雨, 王静, 张洁. 观察心理护理干预在体检人群静脉抽血中的应用效果及满意度影响[J]. 心理月刊, 2021, 16(20):201-203.
- [11] 张珊珊. 心理护理在检验科静脉采血患者中的应用观察[J/CD]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2021, 21(21):75-76.
- [12] 张婕. 心理护理干预在院前急救患者中的临床应用价值[J]. 中国药物与临床, 2021, 21(6):1056-1057.
- [13] 方拴锋, 朱晓华, 任灵敏, 等. 儿童静脉采血中缓解恐惧心理的心理疏导干预分析[J]. 中国实用医药, 2016, 11(8):279-280.
- [14] 刘娜, 张瑶, 郭建英. 门诊静脉采血患者实施心理护理干预的效果分析[J]. 结直肠肛门外科, 2020, 26(增 1):167-168.
- [15] 周岚, 卢月清. 高校新生体检中静脉采血时晕针的原因与护理对策[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2023(5):120-123.
- [16] 姚佩莲, 钱伟, 张清艺. 两种不同采血方法在学龄前期儿科患者静脉采血中的比较研究[J]. 上海护理, 2012, 12(8):112-113.
- [17] 刘良英, 龚纯, 李明凤. 静脉采血患者的情绪体验和测评及护理对策[J]. 华西医学, 2015, 30(10):1962-1964.
- [18] 黄静, 武彩霞, 雷晓芬. 个体化健康教育在门诊静脉采血中的应用[J]. 临床误诊误治, 2016, 29(B10):2.
- [19] 郜萌萌. 门诊静脉采血患者晕针的原因及心理护理[J]. 东方药膳, 2021(11):170.
- [20] 刘苗. 舒适护理在静脉采血中的应用体会[J]. 中国医药导刊, 2011, 13(7):1262.
- [21] 钟靖. 优化门诊护理干预预防静脉采血患者晕血晕针的效果评价[J]. 基层医学论坛, 2022, 26(21):136-138.
- [22] 刘丹, 张迪, 刘晓燕, 等. 强化心理辅导对健康体检人群静脉采血中焦虑抑郁情绪的影响研究[J]. 航空航天医学杂志, 2022, 33(12):1524-1526.
- [23] 李乐乐, 武爱萍. 沟通方法在体检静脉采血护理中的作用[J]. 中华肿瘤防治杂志, 2015, 22(B11):317-318.
- [24] LIVINGSTON J, DI-MOLA M, LOWRY J, et al. Peripheral venous catheter collection of immune effector cells and hematopoietic stem cells is feasible and safe in older pediatric patients[J]. Transfusion, 2021, 61(12):3413-3419.
- [25] LINDBLAD B, ALSTROM T, BO H A, et al. Recommendation for collection of venous blood from children, with special reference to production reference values[J]. Scand J Clin Lab Invest, 1990, 50(1):99-104.
- [26] 方拴锋, 朱晓华, 任灵敏, 等. 儿童静脉采血中缓解恐惧心理的心理疏导干预分析[J]. 中国实用医药, 2016, 11(8):279-280.
- [27] AYDIN D, SAHINER N C. Effects of music therapy and distraction cards on pain relief during phlebotomy in children[J]. Appl Nurs Res, 2017, 33:164-168.
- [28] CEYLAN M, ERKUT Z. The effect of finger puppet on pain and emotional manifestation for venous blood collection in the pediatric emergency department: A randomized controlled trial[J]. Int Emerg Nurs, 2023, 70:101348.
- [29] AHLUWALIA N, DE SILVA A, ATUKORALLA S, et al. Ferritin concentrations in dried serum spots from capillary and venous blood in children in Sri Lanka: A validation study[J]. Am J Clin Nutr, 2002, 75(2):289-294.

(收稿日期:2024-02-08 修回日期:2024-04-26)