

โรงพยาบาลโป่งน้ำร้อน	หน้า 1/6
ระเบียบปฏิบัติเลขที่ : WP-PONG-PCT-86	ฉบับที่ 1
เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดและความเครียดในทารกแรกเกิด	วันที่เริ่มใช้
ผู้จัดทำ ทีม PCT	ผู้อนุมัติ นพ.นันทวัช เมตตากุลพิทักษ์

1. วัตถุประสงค์

เพื่อป้องกันและลดความปวด ความเครียดในทารกแรกเกิดที่ได้รับการทำหัตถการที่ก่อให้เกิดความปวดเฉียบพลัน

2. ขอบเขต

ทารกแรกเกิดทุกรายที่ได้รับการดูแลรักษาในโรงพยาบาล โป่งน้ำร้อน

3. คำนิยามศัพท์

ความปวด คือ ความรู้สึกและอารมณ์ที่ไม่สุขสบายที่เกิดขึ้นเนื่องจากเนื้อเยื่อของทารกแรกเกิดถูกทำลายหรือเสี่ยงต่อการถูกทำลาย

การจัดการความปวด (Pain Management) หมายถึง การปฏิบัติที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อขจัด ลดบรรเทา และควบคุมอาการปวด ตลอดจนผลกระทบที่อาจเกิดจากความปวด

ความรุนแรงของอาการปวด หมายถึง ระดับความทุกข์ทรมานหรือความรู้สึกปวดมากหรือน้อยโดยประเมินระดับความเจ็บปวดจากน้อยไปหามาก

4. เอกสารอ้างอิง

แนวทางการจัดการความปวด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

แนวทางการจัดการความปวดแห่งประเทศไทย

5. นโยบาย

บริหารความเจ็บปวดครอบคลุมทารกแรกเกิด 0- 1 ปี ที่ได้รับความเจ็บปวดแบบเฉียบพลัน

6. ความรับผิดชอบ

ทีม PCT

เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดและความเครียดในทารกแรกเกิด

7. ขั้นตอนการปฏิบัติ

1. การประเมินความเจ็บปวดหรือความเครียดของทารกโดยการ
 - ชักประวัติจากมารดาเกี่ยวกับอาการแสดงของทารกที่สังเกตเห็นได้
 - พยาบาลหรือทีมการรักษาพยาบาลสังเกตเห็นจากอาการแสดงของทารก
 - บอกลักษณะของอาการแสดงของความเจ็บปวดของทารก
2. ตรวจร่างกายเพื่อประเมินพยาธิสภาพและสาเหตุของอาการปวด ตลอดจนความผิดปกติที่เกิดร่วมด้วยโดยการดูคลำ เคาะ ฟัง
3. ประเมินพฤติกรรมที่แสดงออกของทารก
4. ประเมินจากการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา

เครื่องมือประเมินความรุนแรงของอาการปวด

Neonatal Infant Pain Scale (NIPS) เหมาะกับเด็กทารก (อายุ 0-1 ปี)

Categories	Scoring	Detinition
การแสดงออกทางใบหน้า	0	สีหน้าปกติ/เรียบเฉย
	1	หน้าแสบะ ปากแบะ จมูกข่น หัวคิ้วข่น ปิดตาแน่น
การร้องไห้	0	ไม่ร้อง/เงียบ
	1	ร้องครางเบา ๆ
	2	กรี๊ดร้อง/ร้องเสียงดัง/ร้องดั่งขึ้นเรื่อยๆ/ร้องเสียงแหลม/ร้องตลอด
การหายใจ	0	สม่ำเสมอ/ลักษณะผ่อนคลาย
	1	หายใจเร็วขึ้น หรือช้าลง หรือกลั้นหายใจ หรือหยุดหายใจเป็นช่วงๆ
การเคลื่อนไหวของแขน	0	วางสบาย ๆ / ไม่เกร็ง/การเคลื่อนไหวเล็กน้อยแบบปกติ
	1	งอเกร็ง หรือเหยียดตรงทันทีทันใด
การเคลื่อนไหวของขา	1	วางสบายๆ/ไม่เกร็ง/การเคลื่อนไหวเล็กน้อยแบบปกติ
	0	งอเกร็งหรือเหยียดตรงทันทีทันใด
ระดับการดิ้น	1	การนอนหลับหรืออยู่ในอาการที่สงบ
	0	กระสับกระส่าย วุ่นวาย/พักไม่ได้

เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดและความเครียดในทารกแรกเกิด

5. การประเมินระดับคะแนน มีตั้งแต่ 0-7

- คะแนน 0 = ไม่ปวดเลย
 คะแนน 1-3 = ปวดเล็กน้อย
 คะแนน 4-5 = ปวดปานกลาง
 คะแนน 6-7 = ปวดมากจนถึงมากที่สุด

0 – ไม่ต้องให้การดูแลลดอาการปวด

1-3 ให้การดูแลบรรเทาปวดแบบไม่ต้องใช้ยา

≥ 4 ให้การดูแลบรรเทาปวดแบบไม่ต้องใช้ยาและอยู่ในดุลยพินิจการให้ยาของแพทย์

การบรรเทาความเจ็บปวดโดยไม่ใช้ยา

1. การจัดท่า (Positioning) ท่าที่เหมาะสมคือจัดท่าให้ทารกคล้ายอยู่ในครรภ์มารดา โดยให้ทารกอยู่ในท่าแขน ขา งอเข้าหากกลางลำตัว (Flexion) มือทั้งสองอยู่ใกล้ ๆ มาก
2. การดูดจากนมปลอม (Non-nutritive sucking) ช่วยให้ทารกเงียบ สงบ และลดความเครียด ใช้ได้กับกิจกรรมที่เจาะเลือดทารกจะทำให้ทารกเงียบสงบได้เร็ว เพราะช่วยเบี่ยงเบนความสนใจของทารก
3. การห่อตัวทารก (Swaddling) โดยการห่อให้มืออยู่ใกล้กับปาก (hand to mouth) หลีกเลี่ยงการห่อตัวแบบเก็บแขน เพื่อให้ทารกสามารถปลอบโยนตัวเองได้ ทำให้ทารกเข้าสู่ภาวะหลับลึกและสงบและหลับได้
4. การให้ทารกดูดนมมารดา (Breast Feeding) จะช่วยลดความปวดของทารกจากการถูกเจาะเลือดได้
5. การนวดกระตุ้นสัมผัส (Manage/Tactile stimulation) เป็นการปิดประตูความปวด และช่วยผ่อนคลายกล้ามเนื้อ ลดความตึงตัวของกล้ามเนื้อ ทำให้ช่วยบรรเทาปวดลงได้
6. การใช้ความร้อนและความเย็น (Heat and Cold Applications)
7. การบรรเทาความเจ็บปวดควรใช้เวลาไม่เกิน 15 นาที

การบรรเทาความเจ็บปวดโดยการให้ยา

1. การบรรเทาความเจ็บปวดโดยการให้ยาเฉพาะที่ (Local anesthesia) ไม่แนะนำให้ใช้ในเด็กอายุน้อยกว่า 1 เดือน
2. ยาบรรเทาปวดกลุ่มยาเสพติด (opioid analgesia) ใช้บรรเทาความเจ็บปวดระดับรุนแรงปานกลางถึงรุนแรงมาก เช่น Morphine, Fentanyl และ Pethidine ต้องเพิ่มความระมัดระวังในทารกแรกเกิดโดยเฉพาะทารกเกิดก่อนกำหนด

ระเบียบปฏิบัติเลขที่ : WP-PONG-PCT-86	หน้า 4/6
เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดและความเครียดในทารกแรกเกิด	

Sedation score

คะแนน	หมายถึง
0	ไม่ง่วงเลย อาจนอนหลับตา ตื่นอยู่ พูดคุยโต้ตอบ
1	ง่วงเล็กน้อย หลับ ๆ ตื่น ๆ ปลุกตื่นง่าย ตอบคำถามได้อย่างรวดเร็ว
2	ง่วงพอควร อาจหลับอยู่ แต่ปลุกตื่นง่าย ตอบคำถามได้ แต่ยากนอนหลับมากกว่าหรือสัปหงก
3	ง่วงอย่างมาก ปลุกตื่นยากมาก หรือไม่ได้ตอบ
S	ผู้ป่วยกำลังหลับพักผ่อน ไม่ต้องการการบรรเทาปวด

การดูแลผู้ป่วยที่ไขยากรุ่นนี้ต้องระวังอาการข้างเคียงที่เกิดขึ้นโดยเฉพาะอาการ ง่วงซึม และกดการหายใจ ประเมินอาการ Sedation Score ≥ 2 คะแนน ต้องให้ออกซิเจนและรายงานแพทย์ และเตรียมยา Naloxone (0.01 mg/kg/dose ให้ทาง IV และ 2-2.5 เท่าของ Dose IV กรณีให้ทาง Endothacheal tube) ยาบรรเทาปวดกลุ่มไม่เสพติด (Non-opioid analgesia) ได้แก่

- Acetaminophen (Paracetamol) นิยมใช้ในทารกที่อายุ > 3 เดือนขึ้นไป
- กลุ่ม NSAID
- Tramadol

การประเมินความรุนแรงของอาการปวด

1. ครั้งแรกขณะรับใหม่
2. ทารกที่มีปัญหาความเจ็บปวดให้เฝ้าระวังโดยการประเมินซ้ำทุก 8 ชั่วโมง
3. ทารกที่มีอาการปวดให้ทำการประเมินอย่างสม่ำเสมอทุก 4 ชั่วโมงและเมื่อทารกป่วยมีความเจ็บปวด ต้องมีการประเมินทุกครั้ง
4. ให้มีการประเมินซ้ำ หลังการได้รับการดูแลอาการปวดดังนี้
 - 10-15 นาที หลังจากได้รับยาแก้ปวดชนิดฉีดทางหลอดเลือดดำ
 - 30 นาทีหลังจากได้รับยาแก้ปวดชนิดฉีดเข้ากล้ามเนื้อ
 - 60 นาที หลังจากได้รับยาแก้ปวดชนิดรับประทาน
 - 30 นาที หลังได้รับการบรรเทาอาการปวดโดยไม่ใช้ยาแก้ปวด

เรื่อง การประเมินและการจัดการความปวดและความเครียดในทารกแรกเกิด

5. บันทึกอาการปวดและวิธีการบรรเทาความปวดที่ให้แก่ทารกแรกเกิด ลงในแบบบันทึกทางการพยาบาล
หมายเหตุ ทุกครั้งที่มีการทำหัตถการให้แก่ทารกแรกเกิดต้องมีการจัดสภาพแวดล้อมเพื่อลดความปวด
และความเครียดดังนี้

1. ลดเสียงในห้อง เช่น เสียงสัญญาณของอุปกรณ์ทางการแพทย์ เสียงพูดคุย เสียงโทรศัพท์
2. ทุกครั้งที่มีการทำหัตถการให้ทารก ต้องมีการบังแสงจาก Radient warmer เพื่อไม่ให้แสงเข้าตา
ของทารกโดยตรง
3. ลดการจับต้องทารกแรกเกิดโดยไม่จำเป็นและให้การพยาบาลหลาย ๆ อย่างในเวลาเดียวกัน เพื่อให้
ทารกแรกเกิดได้พักผ่อนเพิ่มมากขึ้น

8. ตัวชี้วัด

ทารกที่ได้รับการทำหัตถการได้รับการป้องกันและการจัดการความปวดหรือมีคะแนนความปวดขณะ
และหลังได้รับหัตถการน้อยกว่า 4 โดยใช้แบบประเมินความปวดของ NIPS (Neonatal Infant Pain Scale)

9. ภาคผนวก

-

