

噩梦、哭泣、不服管……67%的儿童术后第二天出现新问题

# 绘本缓解手术焦虑：让“怪”孩子变回乖孩子

今日女报/凤凰网记者 周雅婷

在带娃的过程中父母不怕苦、不怕累，最怕就是孩子生病。当孩子大病初愈，不少家长会疑惑，为什么孩子性情大变？

为了探索与化解孩子的“生病焦虑”，近日，中南大学湘雅护理学院副院长、教授李现红带领团队走进中南大学湘雅三医院，调研了一批7至9岁住院儿童的情绪表现与语言表达，并以此为素材进行绘本创作——这本由她和团队创作的《小黑屋历险记》获得第十一届湖南省优秀科普作品。

一场手术为什么能改变孩子？家长又该如何让孩子变回从前？读懂这本绘本，或许能帮你找到亲子沟通的小技巧！

专家名片

李现红  
中南大学湘雅护理学院副院长、教授  
湖南省妇女儿童健康与发展研究中心副主任



## 故事 生病后，乖孩子变成了“怪孩子”



不久前的北京书展，一位小读者正在阅读李现红团队编创的绘本。

2018年，11岁的小乐（化名）随着父亲来到湘雅医院接受治疗，她被诊断为“过敏性紫癜肾炎”。

来医院的次数多了，护士们都认识了这对“沉默”的父女。偶尔父亲会问一句：“饿不饿？”小乐摇摇头后，快速地低下头，眼

睛直直地盯着脚尖。有护士前来搭话，小乐也只是神情木然地抬眼望一下，又低下头去。

“我不想来医院，不知道以后会怎样，不知道还能不能继续上学……”小乐沮丧地说。她渴望亲人的安抚，但不善言辞的父亲无法向她解释医学知识，索性就不说话了。当看到医院走廊上别的家长和孩子有说有笑时，小乐便更不愿意敞开心扉，将疾病带来的恐惧和焦虑都闷在心里，脾气也变得越来越暴躁。

为了调节小乐的负面情绪，父亲无奈选择了一个简单粗暴的方法——给她一部手机。很快小乐便沉迷于网络世界不可自拔，只要一没收手机，就大哭大闹。“完全没办法哄，只有这个方法才奏效。”小乐的父亲说。

后来，李现红在病房教授学生《儿科护理学》这门课程时遇见了小乐，小乐的自我封闭让她心痛。

因此，李现红开始思考能否借助于绘本的力量来帮助在焦虑、抑郁中挣扎的孩子，引导他们正确面对疾病，正视恐惧，为他们“赋能”。

## 调研 50%至75%患儿对手术充满焦虑与恐惧

有国内权威文献报道，手术给患儿带来焦虑和恐惧的发生率为50%至75%，患儿术前应激反应强烈，不仅影响手术的进行，还会影响术后一段时期的心理和行为，给儿童心理造成难以磨灭的阴影，对围术期患儿进行干预已成为共识。

一项研究数据显示，67%的儿童在术后第二天出现新的行为问题，23%在术后两周内出现新的行为问题，其中，术后的常见行为问题有噩梦、哭泣、不服从父母、分离焦虑和发脾气。心理问题与行为问题相辅相成，并关系到儿童术后的性格变化，成为儿童围术期管理的主要挑战。

“我们团队在创作绘本前，做了重要的临床调研工作。”李现红告诉记者，采用目的抽样方法，选取了一批年龄为7至9岁即将接受腺样体及扁桃体切除术的患儿进行绘本创作前的调研，根据对小儿腺样体及扁桃体切除术术前护理、进入等候室、麻醉前

准备、麻醉复苏室监测、术后观察等多流程监测，了解到孩子们最真实的心理状态。



术前，医护人员向准备手术的孩子讲解绘本，帮助他们克服害怕、紧张的情绪。

## 结论 用绘本干预，焦虑和恐惧得到显著缓解

“大部分患儿在病房有啜泣、紧张等情绪表现。接受术前检查，他们会询问：‘为什么要抽这么多血？’‘这是什么检查？’”即将接受手术的小陶（化名）曾在调研中告诉李现红，自己以为手术室是一个小黑屋，里面会有医生用大刀子切喉咙，用大棒把自己敲晕，护士的针都很尖很大。

“医护人员的情绪疏导、家长的鼓励和同伴的支持能有效帮助孩子勇敢面对疾病和手术。”李现红说，他们发现医护人员常用比喻、类比的方式对儿童进行疏导，如把“留置针”比喻成“长着翅膀的小针”、把“心电图监护的电极贴”比喻成“护身符”等。如果有年龄相仿的患儿，护士还会让这两名患儿的等候位置相邻，让其更有安全感。

就这样，李现红及团队根据对患儿、家长、医护人员的观察，以“护理学”独特的学科视角进行创作，将“小针”“护身符”等沟通经验设计进《小黑屋历险记》绘本中，以“润物细无声”的形式走进患儿内心世界，帮助孩子们用卡通思维了解手术过程。

绘本定稿后，李现红及团队立刻对68例腺样体、扁桃体切除术患儿及家属进行了测试调研——结果显示，术前两天接受了绘本干预的

患儿，在等候室与麻醉诱导时的耶鲁围术期焦虑水平、焦虑视觉量表（目前临床使用最为广泛的小儿术前焦虑评价量表，分数范围为0-100分，分数越高表明患儿的焦虑水平越高）得分均存在显著统计学差异。

“这说明孩子的焦虑情绪得到了显著缓解。”李现红说，通过了解医疗过程和手术程序，他们让手术变成了“一张已经知道了答案的考卷”。患儿会运用绘本中“兔哥哥”数数1-100的方法来转移注意力以应对焦虑，“孩子们在大脑中实现记忆与编码，当遇到相同的场景时，便能够调动大脑中的相关记忆，并且产生相同的应对焦虑的行为”。

绘本发放后一个月，李现红及团队再次调研，结果显示，55.9%的患儿对绘本的喜爱程度给出满分，85.2%的患儿每次阅读时间为10-20分钟，且100%的患儿表示阅读后与家人进行了分享。

“在我们的调研过程中，有患儿在前往手术室时欣喜地说‘我要去手术室历险了！’”李现红认为，这说明孩子们对绘本教育接受度很高，“如果能更多地推广应用，也许‘绘本阅读’这种健康教育方式会成为对临床儿童进行围术期健康教育最经济实惠的干预方式。”

## 图说绘本

### 藏在小故事里的医学科普



绘本将“留置针”比作“长着翅膀的小针”，引导儿童正确认识静脉注射；将“心电图监护的电极贴”比作“护身符”，结合儿童对手术的有趣想象，模拟手术过程，让儿童对麻醉前等待、麻醉诱导、麻醉复苏有所认识。



父母的鼓励和帮助孩子获得了成长的力量。面对术后疼痛，“兔妈妈”通过故事机、折纸、积木等方式帮助孩子转移注意力，把疼痛忘记在了九霄云外。



通过同伴支持来互相鼓励，患儿共同度过术后的疼痛、食物适应、语言适应的关卡。绘本中的“兔哥哥”获得了许多来自同伴的支持，例如音乐老师带来的同学们的鼓励，让“兔哥哥”勇敢战胜疾病。