



本欄由香港大學李嘉誠醫學院
獨家為本報撰寫，逢周四刊登。



參與手術前遊戲治療的兒童在家長的陪同下，穿着手術袍參觀手術室。

在遊戲的過程中，醫護人員會指導兒童進行各種醫療程序。

兒童有機會扮演醫生，為假人進行麻醉。

手術前遊戲治療 安撫兒童焦慮情緒



簽署《參與遊戲同意書》，讓孩子自覺有「話事權」。

你有過動手術的經驗嗎？在被推進手術室的一刻，心裏覺得不安嗎？相信一般人不多不少都害怕接受手術，對於兒童來說恐懼就更大。他們最擔心的莫過於接受麻醉後一睡不醒，從此無法與家人見面。如果能讓兒童在手術前「預演」麻醉過程，有助減輕焦慮情緒，避免手術對他們造成心理陰影。

陌生環境增加恐懼

生病入院是一種不愉快的經歷，病人既擔心病情惡化，又害怕治療所帶來的各種副作用，如果年紀小小就要經歷這些事，心裏一定很不好過。為了安撫兒童病人的情緒，減低他們住院的壓力，不少醫院的兒童病房都會粉飾得五彩繽紛，盡量淡化醫院那份冷冰冰的感覺。

不過，手術室的環境與病房截然不同。那裏的環境陌生，給人非常神秘的感覺。手術室內的醫院人員都穿着保護衣，戴着口罩和手套，全身包裹得十分嚴密，根本看不清樣貌。在兒童的眼中，這些穿「奇裝異服」的人確實令人不安。

手術造成心理陰影

不但手術室的環境陌生，手術的過程也是兒童從未經歷過的。

由於他們不清楚手術的過程，不安的感覺油然而生。根據以往的臨床經驗，不少孩子在被推進手術室時都顯得很驚慌，他們會哭，甚至不停掙扎，表現得極不合作，以致醫護人員無法順利進行各種醫療程序，包括進行麻醉。對於情緒不穩定的病人，醫護人員需使用較大劑量的藥物才能令他們鎮靜下來。手術結束後，部分孩子在甦醒時仍然感到恐懼，他們或會哭和掙扎，甚至會拔走身上的醫療器材。

外國不少文獻均指出，過多的壓力和焦慮不但會妨礙麻醉的進行，更有可能影響兒童日後的康復過程。有些孩子會對成人失去信心，或變得非常依賴父母，部分兒童甚至會做噩夢、尿床等。

了解手術減焦慮

兒童對手術感到焦慮全因為不

了解手術過程。兒童若要接受手術，需經家長或監護人同意。醫護人員雖會詳細講解手術的過程，以及術前的準備事項，但對象通常以病人的家長為主，而向孩子解釋手術過程的責任多數落在父母身上。面對完全陌生的醫療程序固然令孩子害怕，有時，父母本身的憂慮也會在不知不覺間影響了孩子，令他們產生焦慮和心理壓力。

在整個手術的過程中，最讓孩子擔憂的是麻醉後不能甦醒過來，以及在手術期間感到疼痛。如果能夠在手術前，讓他們先親身經歷一次所需的醫療步驟，相信對穩定情緒，減輕不安有一定的幫助。

模擬手術遊戲

為了幫助兒童預先在心理上適應手術，本地的研究人員設計了一個模擬手術過程的遊戲，讓將要接受手術的兒童參與，希望加深他們對手術，特別是麻醉過程的了解，從而減低焦慮。203名7-12歲的兒童被分成兩組，其中的106人只接受常規的手術前護理措施（由醫護人員講解手術過程及準備事項），餘下的97人則可在手術前參與模擬遊戲。

現時兒童接受手術與否，決定權全在家長的手中，孩子並無「話事權」。研究人員特別準備了一份《參與遊戲同意書》予孩子簽署，加強他們的自我控制感。

在手術前的一周，孩子和家長會獲邀到醫院參與遊戲。他們會由家長陪同參觀手術室和復甦房，其間醫護人員會一一介紹各種手術室的儀器及設備，並以假人講解及示範麻醉步驟。而在參觀期間，孩子們更可以進行角色扮演，穿上手術袍、手術帽、手套、口罩等保護裝備，並可觸摸各種醫療器材，一嘗當醫護人員的滋味。

預演助認識手術過程

從現場觀察所得，孩子們大多對手術儀器均非常好奇，雖然大部分人初期都比較被動，但不久後已經能投入遊戲，而且樂在其中。他們關心的問題包括靜脈注射痛不痛、接受麻醉後多久才會甦醒、甦醒後會不會痛等。醫護人員會觀察孩子的情緒反應，並細心解答孩子的提問，盡量為他們釋除疑慮。

麻醉是很多兒童恐懼的環節，以往的麻醉口罩是全黑色的，戴上後會阻擋兒童的視線，加上口

罩有股橡膠味，不少兒童都十分抗拒。現在使用的麻醉口罩已改成透明，並且散發着水果香味，讓兒童易於接受。參與遊戲的孩子可以觸摸和試戴口罩，更能聞到香味，這種第一身的體驗對消除他們的恐懼很有幫助。

推廣手術前遊戲治療

研究人員在遊戲前後均會量度兒童的焦慮指數，結果顯示，兒童在參與遊戲後焦慮指數明顯較低。事後一些孩子也表示，模擬手術遊戲讓他們更了解手術的過程，他們更形容被麻醉就像睡了一覺，不是甚麼可怕的事。而在孩子真正進入手術室時，情緒確實比較平靜，並能配合醫生的指示接受治療。

手術前遊戲治療是一種嶄新的護理概念，香港或外國的醫院均未有常規採用。初部研究顯示，有關措施能有效穩定兒童的情緒，並減輕他們對手術的焦慮。若有足夠的人力和資源配合，這種護理措施值得推廣至全港醫院。



李浩祥博士
香港大學李嘉誠醫學院
護理學系助理教授