

エビデンスの読み方練習帳

あなたのマイナー疑問解決します！

茨城キリスト教大学

看護学部 櫻本秀明

BPSやCPOTで
本当に痛みは
評価できる？

* この教育セミナーの注意事項

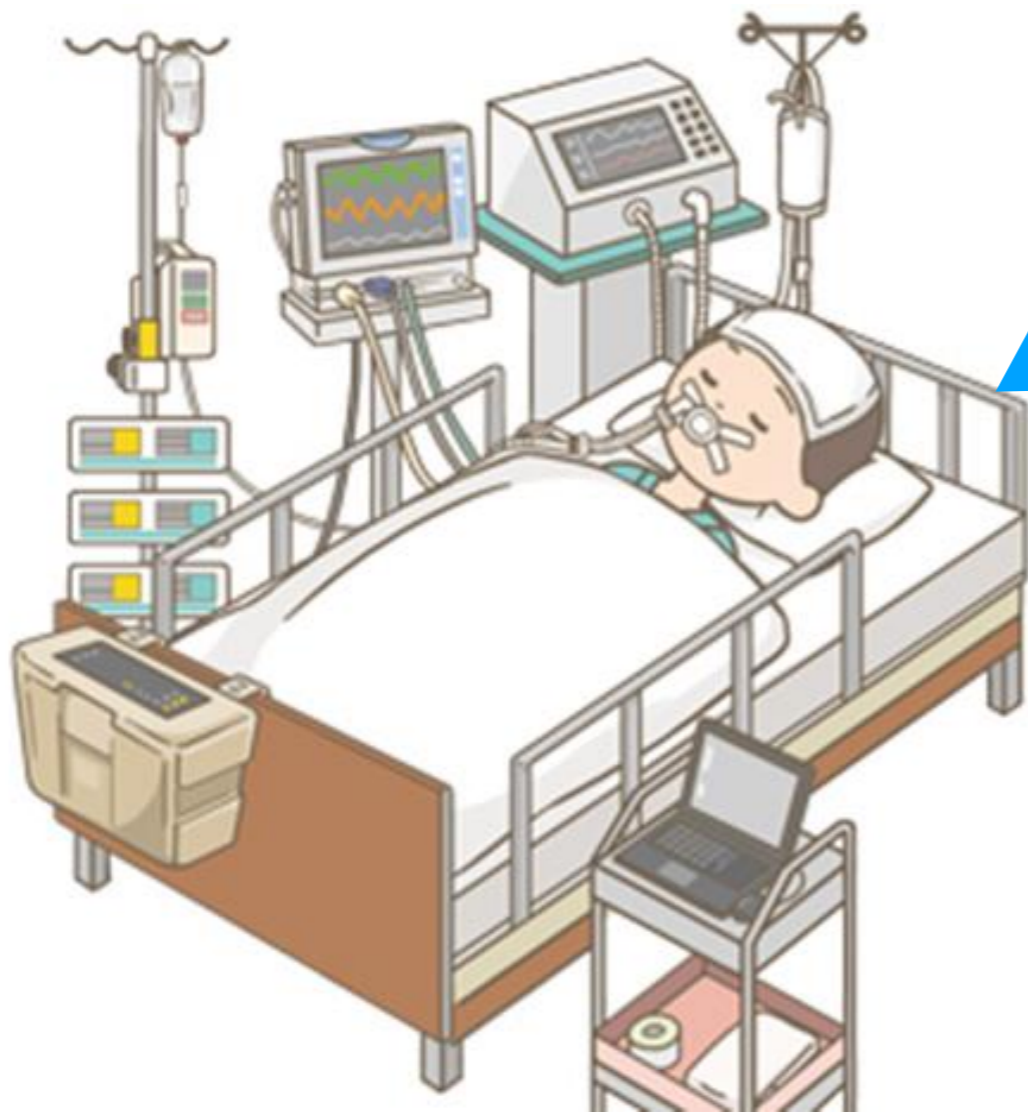
個人的な見解です。

実際の臨床での適応前に

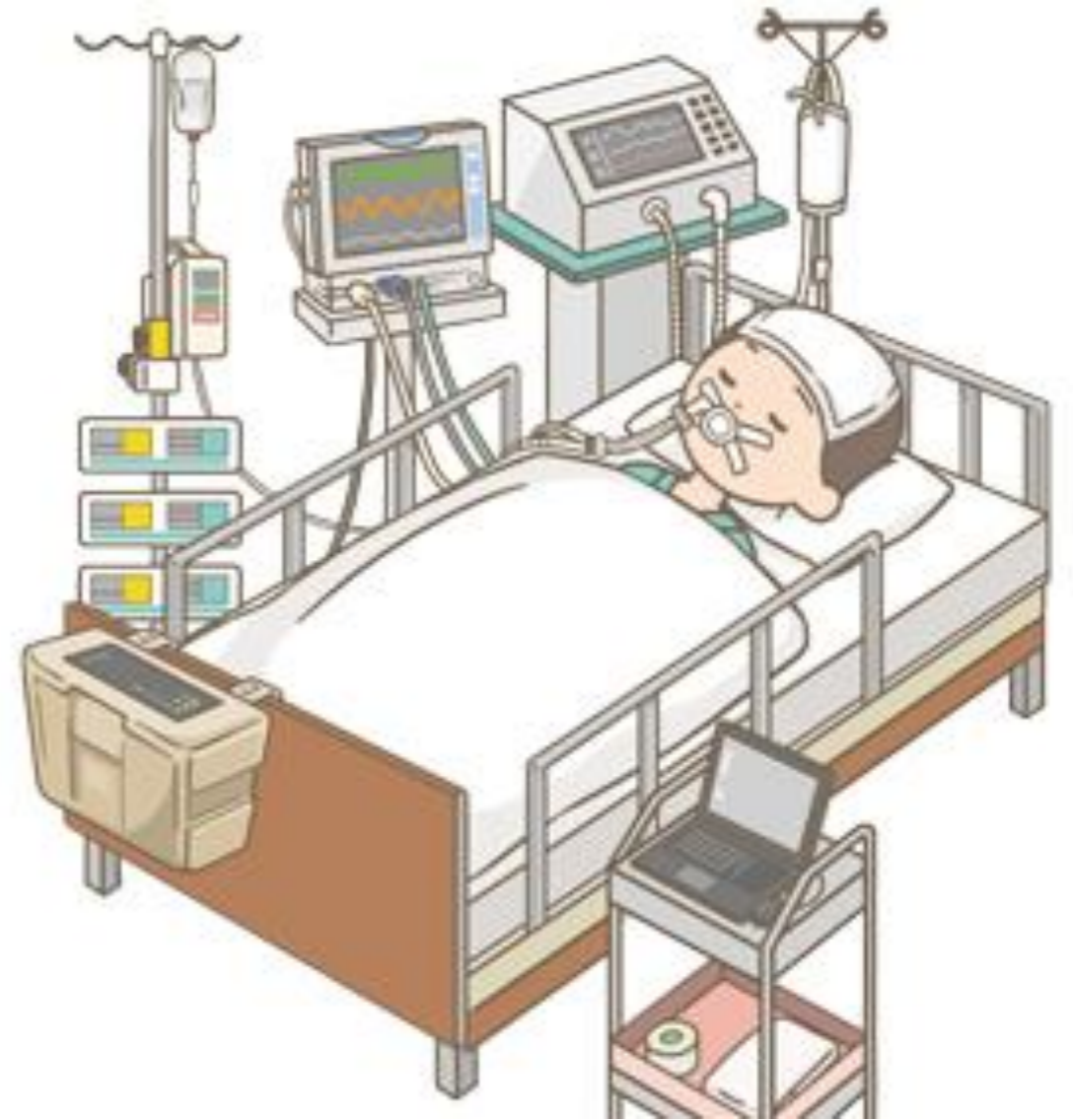
必ず、元論文をお読みいただき

周囲の医療者との十分な議論をすることをお勧めします

BPSやCPOTで
本当に痛みは
評価できる？



1/3

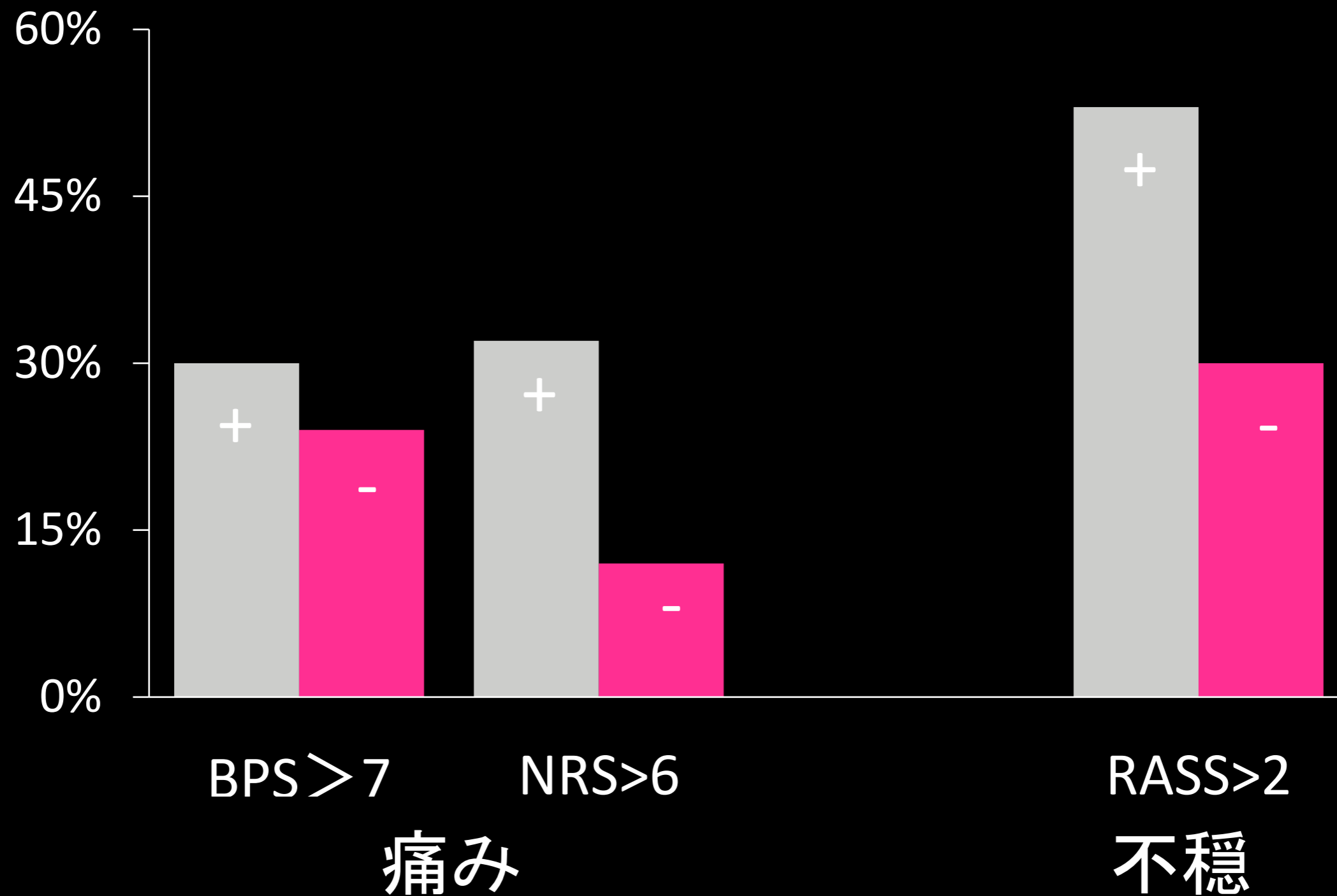


ICU患者で痛み症状あり

「痛み」が患者にもたらす生理学的変化

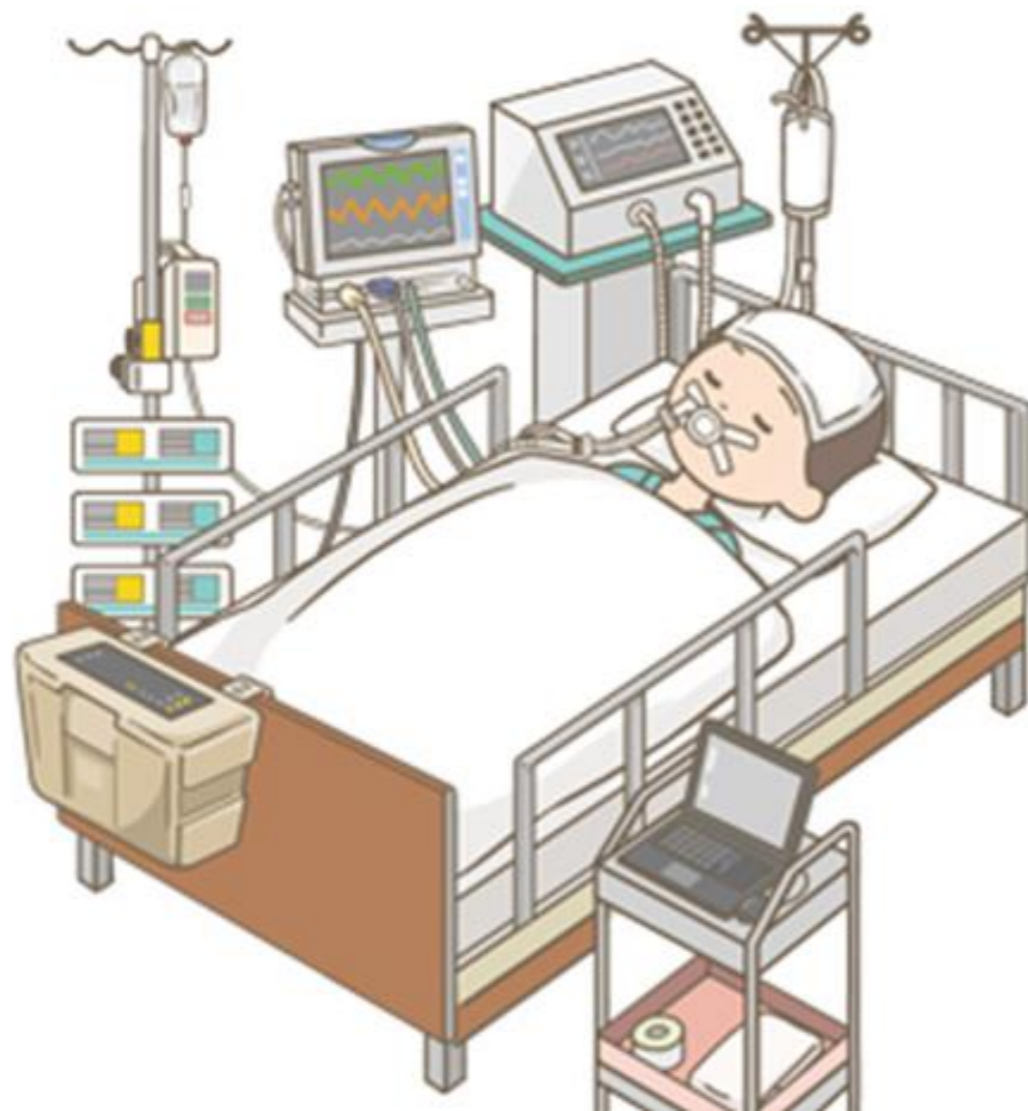
- 増加したカテコラミンは、細動脈血管収縮を引き起こし、組織還流不全から組織酸素分圧を低下させる。
- 異化作用の亢進や、蛋白基質を提供するための脂肪分解、筋肉を衰退させる。
- 異化作用の亢進や組織低酸素症は創傷治癒を損ない、創傷感染症の危険性を増す。
- ナチュラルキラー細胞活動を抑制し、細胞障害性T細胞数の減少と好中球の貪食活動の低下を引き起こす。
- 急性疼痛は、その後の慢性的神経障害性疼痛を引き起す最も大きな危険因子。
- 痛みによる運動性の低下を招来し、静脈血栓を作りやすくする。

痛みと不穏



けど...自分で痛みを訴えることができない患者の場合

どうしたらいいの？



そ

こ

す

!

自己申告できない人の評価ツール

Behavioral pain
scale (BPS)

Critical-Care Pain
Observation Tool
(CPOT)

Behavioral pain scale (BPS)

項目	説明	スコア
表情	穏やか	1
	一部硬い (たとえば、まゆが下がっている)	2
	全く硬い (たとえば、まぶたを閉じている)	3
	しかめ面	4
上肢	全く動かない	1
	一部曲げている	2
	指を曲げて完全に曲げている	3
	ずっと引っ込めている	4
呼吸器との同調性	同調している	1
	時に咳嗽、大部分は呼吸器に同調している	2
	呼吸器とファイティング	3
	呼吸器の調整がきかない	4



BPS > 5点

Critical-Care Pain Observation Tool (CPOT)

項目	説明	スコア
表情	緊張なし	リラックス 0
	しかめる, 眉間のしわ, こわばる, 筋肉の緊張	緊張 1
	上記に加えて, 強く眼を閉じている	顔をゆがめる 2
体の動き	動かない	動きなし 0
	ゆっくり慎重な動き, 痛いところを触ったり, さすったりする	抵抗 1
	チューブを引き抜く, 突然立ち上がる, 体を動かす, 命令に応じず攻撃的, ベッドから降りようとする	落ち着きなし 2
人工呼吸器との同調 (挿管患者) または	アラームがなく, 容易に換気	同調 0
	アラームがあるが, 止んだりもする	咳嗽はあるが同調 1
	非同期: 換気がうまくできない, アラーム頻繁	ファイティング 2
発声 (挿管していない患者)	通常のトーンで会話	通常の会話 0
	ため息, うめき声	ため息, うめき声, 1
	泣きわめく, すすり泣く	泣きわめく 2
筋緊張	受動的な動きに抵抗なし	リラックス 0
	受動的な動きに抵抗あり	緊張, 硬直 1
	受動的な動きに強い抵抗あり, 屈曲・伸展できない	強い緊張, 硬直 2

CPOT
>2点

でも、BPSやCPOTで
本当に痛みは
評価できる？

もちろん、**できます!**

LR+ 3.87 (1.63-9.23)

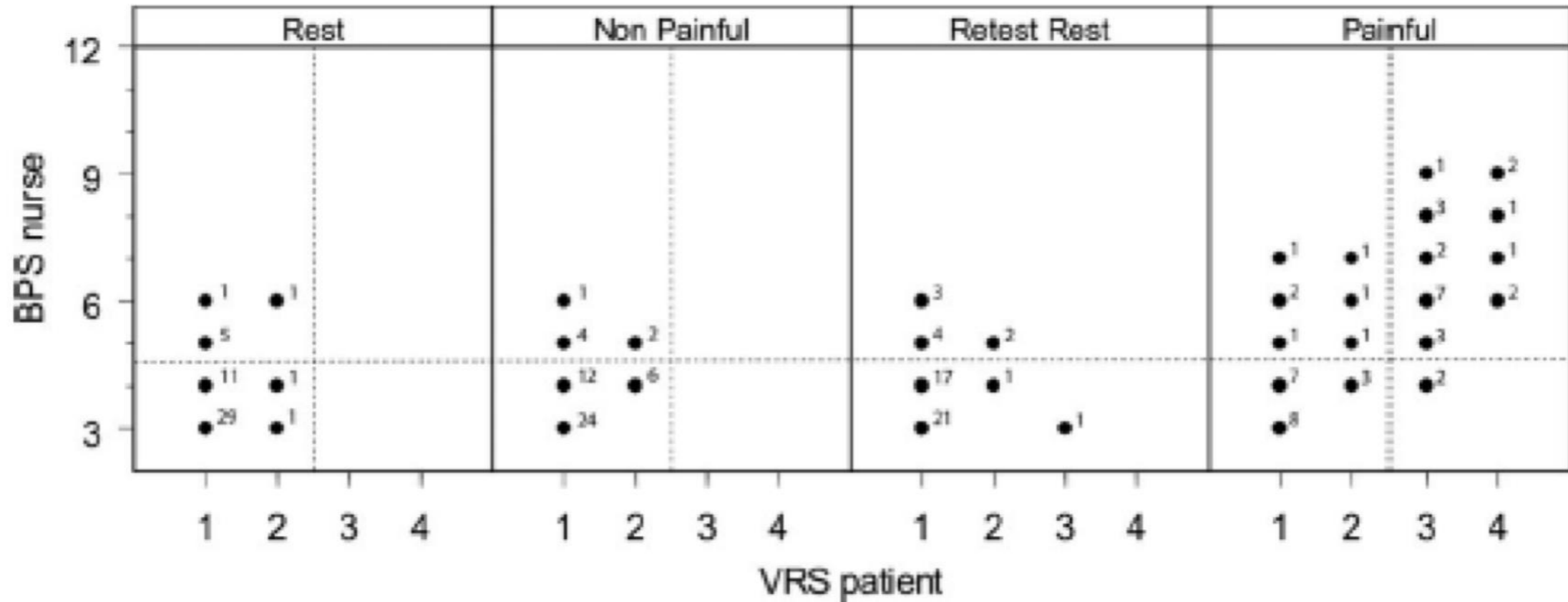
LR- 0.18 (0.09-0.33)

CROT ≤ 2 なら痛みの可能性-30%

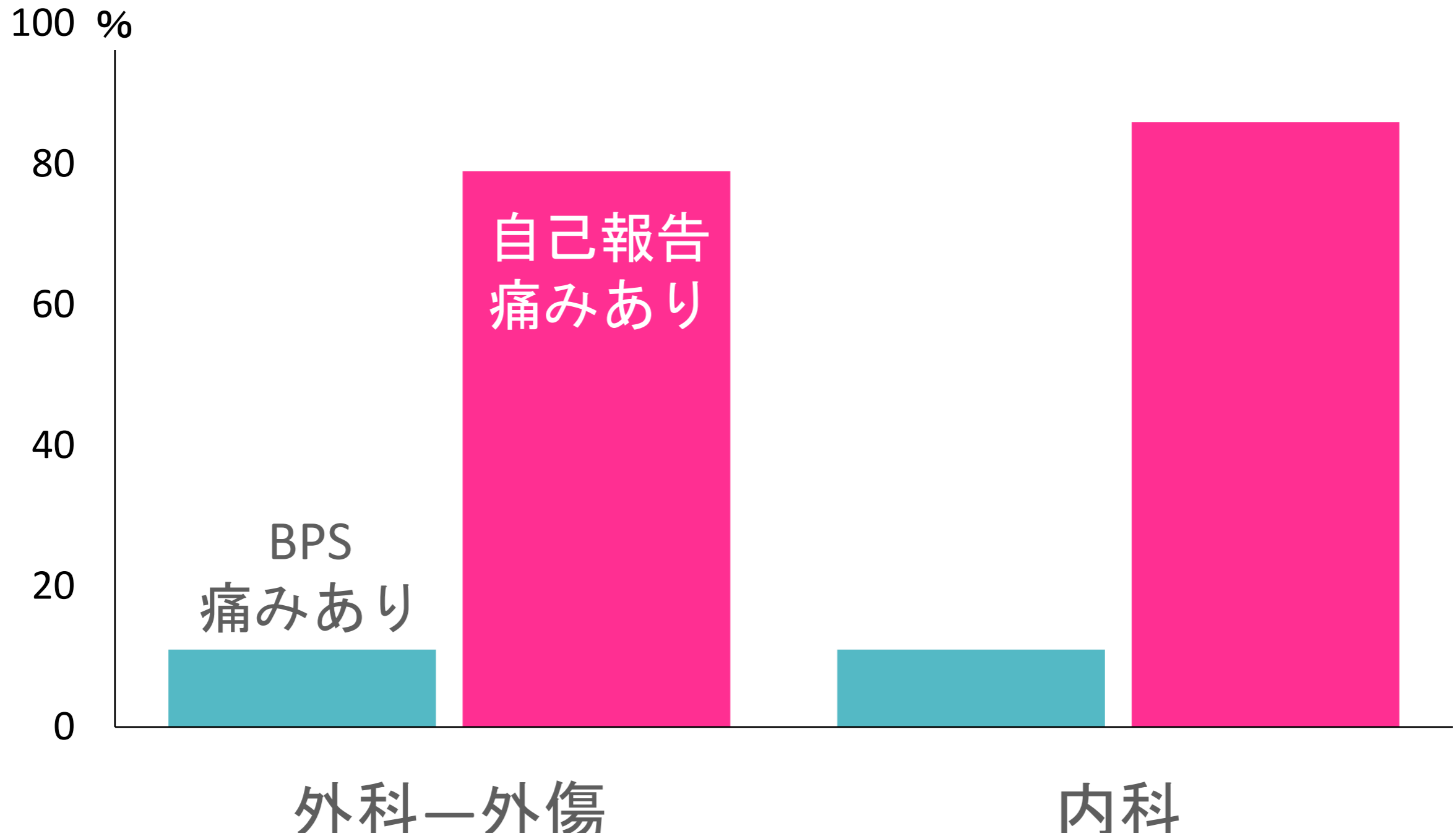
PMID: 18599262

でも、痛みの強さはわからないかも

ちょー痛くてもBPS 9点が最大

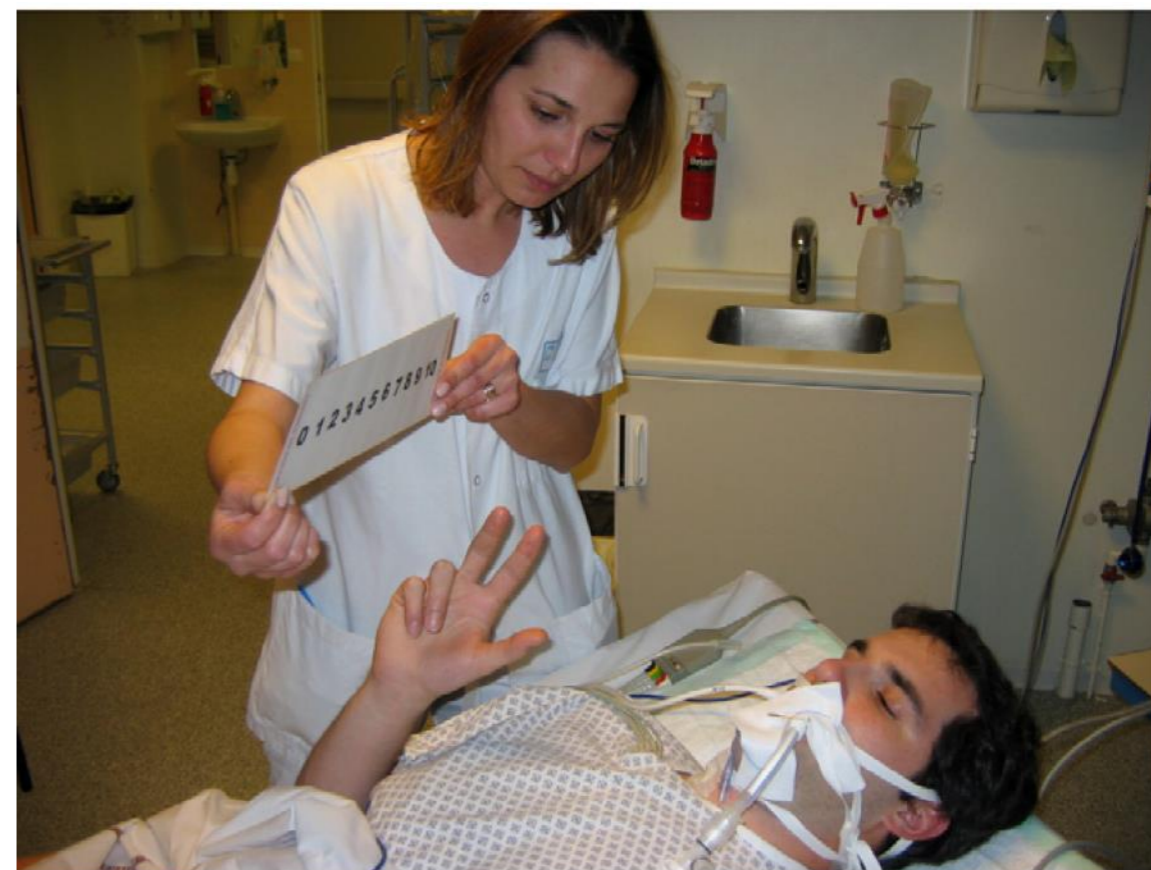
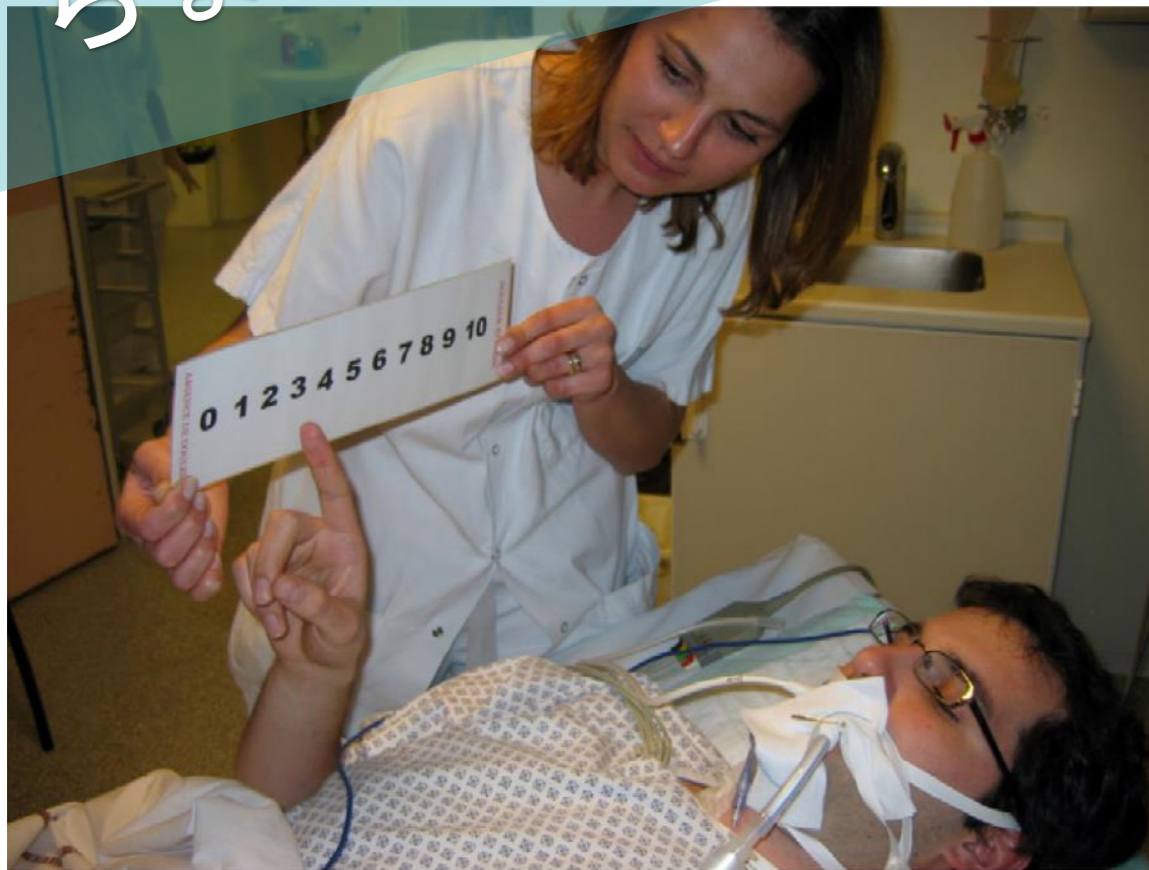


やっぱり、**自分**で表現するのが一番！



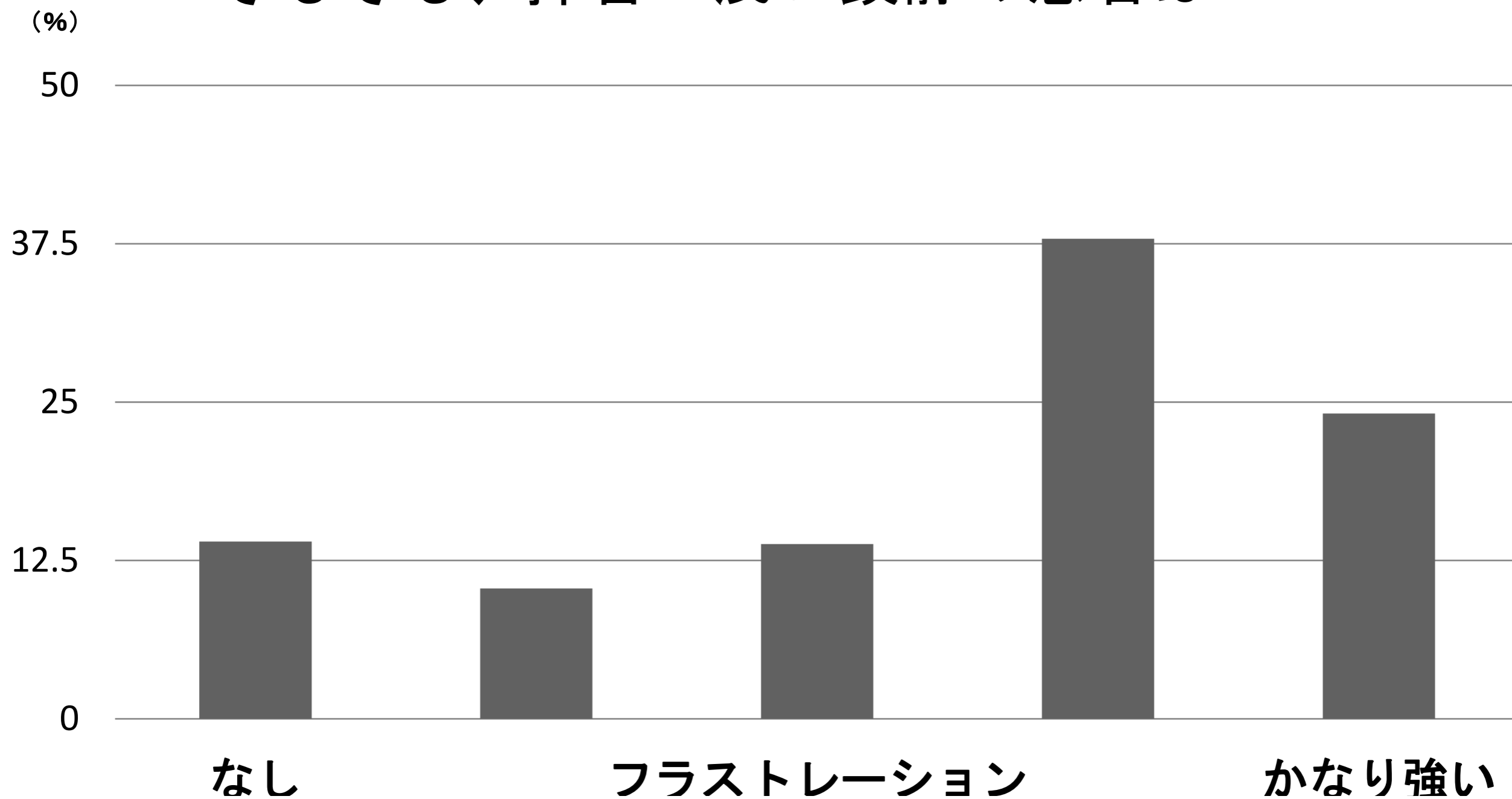
安静時の痛み評価

ちょっとした工夫で



25% 上昇
適切に回答できる割合

そもそも、挿管・浅い鎮静の患者は・・・




人工呼吸療法中の患者のコミュニケーション欲求に
対するフラストレーションレベル

コミュニケーションボード


PAIN CHART

THIS BOARD BELONGS TO:
(Place Label Here)



● LEVEL OF PAIN

10		Worst
9		
8		Severe
7		
6		Moderate
5		
4		Slight
3		
2		
1		None



● THIS PART (Of My Body)

- Itches
- Stings
- Hurts
- Cramps
- Can't Move
- Is Numb
- Aches
- Burns
- Is Tender

● THE PAIN IS

- Constant
- Intermittent
- Radiating
- Throbbing
- Dull/Aching
- Sharp

I WANT
Pain Medicine

MEMO: _____

● PLAN OF CARE: YES NO Please Explain I Need Reassurance

Where When What Stop What Is The Plan? When Can

How Why Who Continue How Am I Doing? I Go Home?

Better Worse

Thirsty Hungry

Hot Cold

Unsure (Of What Is Happening)

● I WANT TO SEE

Doctor Chaplain Assistant

Nurse Social Worker My Family

Respiratory Therapist Physical Therapist

● I WANT TO CLEAN

Mouth Teeth Face

Nose Hands Hair

EZ BOARD BY VIDATAK
AN INNOVATION IN PATIENT COMMUNICATION

● I WANT

<input type="radio"/> Suctioned	<input type="radio"/> More Control	<input type="radio"/> To Be Comforted
<input type="radio"/> To Sit Up	<input type="radio"/> To Lie Down	<input type="radio"/> Prayer
<input type="radio"/> Water	<input type="radio"/> Ice	<input type="radio"/> Exercise
<input type="radio"/> Bath	<input type="radio"/> Shampoo	<input type="radio"/> Lotion
<input type="radio"/> Eyeglasses	<input type="radio"/> Hairbrush	<input type="radio"/> Massage
<input type="radio"/> Socks	<input type="radio"/> Urinal	<input type="radio"/> Bedpan
<input type="radio"/> Make A Call	<input type="radio"/> Call Light, TV	<input type="radio"/> Pillow
<input type="radio"/> To Turn Right	<input type="radio"/> To Turn Left	<input type="radio"/> Lights On
<input type="radio"/> Lights Off	<input type="radio"/> Lights Dim	<input type="radio"/> Blanket
<input type="radio"/> It Quiet	<input type="radio"/> To Sleep	<input type="radio"/> To Rest

A	B	C	D	E	F	G	H	I	1	2	3	Thank You ☺
J	K	L	M	N	O	P	Q	R	4	5	6	
S	T	U	V	W	X	Y	Z	.	7	8	9	I Love You ♥
									?	0	!	

For infection control purposes, please do not reuse this board between patients.

VIDATAK
EZ BOARD

まとめ

- ICU患者の1/3は痛みを感じている
- 生理的な影響、精神的な影響があるため痛みがない方がいい
- そのためBPSやCPOTなどの痛みの評価が重要。
- 痛みをちゃんと判別できるけど、『痛みの強さはわかりにくい』『安静時の痛みは判別しにくい』という特徴がある。
- 患者の話に耳を傾けることが重要。ちゃんと症状を聞き取るための工夫を！