

OUCHER 量表：摘要

- **什麼是 OUCHER 量表？**

Oucher 是以圖像的方式，幫助我們去了解小孩對疼痛的程度。我們有兩種量表：數字量表適用於年紀較大的小孩；圖片量表適用於年紀小的小孩。

- **該選擇使用何種量表？**

當小孩可以由一數到一百，以及對數字有概念，例如：知道 71 比 43 大，此時適用數字型量表；當小孩對數字沒概念則適用圖片型量表。有些適用於數字量表的小孩也許會選擇使用圖片量表。請讓他們使用自己所喜歡的量表型式。

- **如何使用 OUCHER 量表？**

1. 圖片量表：下面是說明年紀小的小孩如何來使用圖片量表。當年紀較大的小孩使用圖片量表，下面的敘述就會改變。

這張圖卡即為 OUCHER 量表，可以幫助小孩告訴其他人她們疼痛的程度。

(對於年紀小的小孩來說，這可能對於詢問作答上會有幫助：你知道疼痛感覺是什麼嗎？如果小孩子回答“不確定”，而我們就會提供以下這個說明)。最

底部的圖表示完全不痛；倒數第二張圖表示只有一點點痛；倒數第三張圖

表示有些許疼痛；倒數第四張圖表示更加疼痛；倒數第五張圖表示很痛很

痛；最上面的圖表示從來沒有過的疼痛。你可以馬上指出一張圖來表達你

有多疼痛嗎？

一旦小孩選擇了一張圖片，他們所選的圖片會決定所得分數(1-10 分)

10 分 — 量表最上面的圖片

8 分 — 由上數來第二張圖片

6 分 — 由上數來第三張圖片

4 分 — 由上數來第四張圖片

2 分 — 由上數來第五張圖片

0 分 — 量表最底部的圖片

2. 數字量表：下面是說明小孩如何來使用數字量表。

這張圖卡即為 OUCHER 量表，可以幫助小孩告訴他人他們疼痛的程度。0

表示完全不痛；1-3 表示只有一點點痛；3-6 表示中等強度的痛；6-9 表示很痛很痛；10 表示從來沒有過的疼痛。你可以馬上指出或說一個數字來表達

你有多疼痛嗎？

使用數字量表，小孩會給你一個精確的數字(1-10)，來表達他們的疼痛程度。

- **這個分數代表什麼意思？應該如何使用？**

從事疼痛研究的專家或是一個最了解疼痛感覺的人。這個 Oucher 分數，可以讓父母、老師、護士與醫生知道小孩子的疼痛情形。Oucher 分數被當成一種方法，去了解這些行為是否可以減輕疼痛感，例如：休息、熱敷或冰敷、

吃東西或喝飲料及服用藥物會使小孩對疼痛有較不一樣的感覺。Oucher 分數可以被記錄長達幾個小時或幾天，且對於醫生與護士它可以提供許多有用的資訊。

注意，Oucher 分數僅可以傳達小孩感覺有多疼痛。而其它的觀察也是很重要的，例如：活動改變、疼痛部位、疼痛感覺像什麼以及最近一次疼痛長達多久時間。如果您身為父母或老師，您一定會很擔心小孩會疼痛，因此您應該更要去與醫療服務人員聯絡。