

## 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的治疗与护理进展

崔倩

云南省第一人民医院呼吸与危重症医学科 云南昆明

**【摘要】**当前时代背景下，个别罕见的疑难杂症发生率较高，较大程度的影响了人们的生活健康。阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征是睡眠性障碍疾病的一种，会较大程度的影响患者的正常睡眠，并对其生理、心理造成双重伤害，同时风险性较高。一般情况下患者在夜间睡眠时会出现打鼾情况，同时可能会突发呼吸暂停，因此风险性较高。据调查来看，阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的发生率在7%~13%左右，若患者在出现改正在后未能够被及时发现并抢救，极有可能会致死。本文中笔者详细分析了阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的治疗及护理措施。

**【关键词】**阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征；治疗方法；护理措施；未来展望

### Advances in treatment and nursing of obstructive sleep apnea hypopnea syndrome

Qian Cui

Department of Respiratory and Critical Care Medicine, First People's Hospital of Yunnan Province Kunming, Yunnan

**【Abstract】** In the context of the current era, the incidence of individual rare intractable diseases is relatively high, which greatly affects people's lives and health. Obstructive sleep apnea hypopnea syndrome is a kind of sleep disorder disease, which will affect the normal sleep of patients to a large extent, and cause double harm to their physiology and psychology. At the same time, the risk is high. Under normal circumstances, patients will have snoring during sleep at night, and may also have sudden apnea, so the risk is higher. According to the survey, the incidence of obstructive sleep apnea hypopnea syndrome is about 7% to 13%. If the patient cannot be detected and rescued in time after the correction, it is very likely to be fatal. In this article, the author analyzes the treatment and nursing measures of obstructive sleep apnea hypopnea syndrome in detail.

**【Keywords】** Obstructive Sleep Apnea Hypopnea Syndrome; Treatment; Nursing Measures; Future Prospects

阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征英文名称为 obstructive sleep apnea hypopnea syndrome，简称 OSAHS（以下均称 OSAHS）。到目前为止，导致患者出现 OSAHS 的主要影响因素不明，据临床研究情况来看，可能与患者鼻内部出现鼻息肉、鼻腔肿瘤、鼻中隔偏曲等因素有关。由于该病症的诱发因素、发病机制较为复杂，因此临床治疗难度较高。如今对于 OSAHS 的治疗可分为无创、有创两种，均有着其各自优点，但在使用各种疗法前需根据患者具体情况进行针对性的选择。

#### 1 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的治疗方法

##### 1.1 无创治疗

###### 1.1.1 口腔装置治疗

当前时代背景下，治疗方法愈加多样化，对于 OSAHS 的治疗可使用无创治疗。据分析来看，患者之所以在夜间睡眠时会出现呼吸暂停情况，与“打鼾”密不可分，因此在对患者进行治疗时可以“打鼾”为治疗方向。一般情况下，医师需详细了解患者睡眠打鼾情况，并为患者量身定制口腔矫治器，于睡前佩戴，进而达到预防打鼾或降低打鼾时的风险性，到目前为止，口腔矫治器类型较多，比较常用的有咬牙合前移器、咬牙合跳跃器、下颌位移器等<sup>[1]</sup>。口腔装置具有无创、经济有效、携带方便的

特点,虽然并不能有效根治 OSAHS,但可在一定程度上改善患者睡眠质量。

### 1.1.2 正压通气治疗

正压通气治疗也是 OSAHS 的无创疗法之一,主要针对改善患者睡眠时的呼吸为主。在应用该疗法后,能够调节患者呼吸时气道的压力,若压力较低,则会适当增压,同时提升呼吸平顺性,降低呼吸阻力。正压通气治疗的关键便是对气道压力的控制,目前随着当前信息化技术的发展,已经将智能化技术与正压通气设备相结合,进而可实时监测患者气道压力,并动态化的调节压力大小。同时,正压通气疗法在使用过程中患者可能会出现呼吸道干燥并降低依从性的情况,当前可在治疗的过程中对呼吸气流加湿,进而保障患者呼吸平稳<sup>[2]</sup>。

### 1.1.3 经皮电刺激治疗

比较具有代表性的无创疗法除以上口腔装置、正压通气外,还可使用经皮电刺激治疗。临床上认为,OSAHS 患者口腔、咽喉等部位的神经可能存在功能异常,因此应针对该区域的神经功能改善实施治疗,如使用双向电流对患者的舌下神经分支实施刺激,且安全性较高,患者病症改善情况也相对较为明显。

## 1.2 微创治疗

### 1.2.1 低温等离子射频消融术

近年来手术技术发展较快,尤其是微创技术。在过去手术方法多为开放式方法,但出血量较大、对患者身体影响也较大,安全性相对较低,而微创治疗方法与之不同,具有出血量少、安全性高的特点。低温等离子射频消融术是软组织微创手术的一种,首先需对手术区域进行麻醉处理,然后使用射频刀头置入靶组织,通过射频刀头中发射的低温等离子对靶组织实现消融。据实际应用情况来看,该手术疗法安全性较高,不会对手术区域周围组织造成影响,同时可重复治疗。

### 1.2.2 微波治疗

微波治疗的主要治疗方向是通过较高的局部温度破坏病变组织,一般情况下微波治疗多与悬雍垂腭咽成形术联合应用。在对患者治疗时,将能够发射微波的天线置入病变组织中,在确认无误后开始加热天线,在温度达到 80℃~120℃后便可有效达到消融坏死组织的效果。此外,微波疗法多被应用于

中度症状患者,此类患者症状相对比较轻缓,风险性较低,使用低影响的微波疗法极具价值。

### 1.2.3 生物钉治疗

无论是低温等离子射频消融术,还是微波治疗,均是围绕清除靶组织来实现治疗 OSAHS 的目的,在微创疗法中,除以上两种疗法还可使用生物钉治疗<sup>[3]</sup>。主要是根据患者具体情况有针对新的在其下颚部放置生物钉,可选择材料为聚酯编织物植入物的生物钉,同时该疗法安全性更高,多被应用于轻微、中度的 OSAHS 患者中,但由于该疗法在临床上的推广力度不足,因此应用范围较为狭窄,更加充足的病例数据暂无。

## 1.3 开放式手术

### 1.3.1 悬雍垂腭咽成形术

开放式手术在 OSAHS 中也有良好的应用价值,但多集中于对重度 OSAHS 患者的治疗。OSAHS 患者在鼻息肉、鼻内肿瘤的影响下使得夜间呼吸平顺性不足,导致呼吸暂停风险性增加,通过应用悬雍垂腭咽成形术能够帮助患者重塑腭咽,提升呼吸平顺性,降低睡眠风险性<sup>[4]</sup>。一般情况下,在实施悬雍垂腭咽成形术前需对患者实施下鼻甲切除、鼻息肉摘除、扁桃体摘除等方面的治疗,具体情况因人而异。

### 1.3.2 激光悬雍垂腭咽成形术

激光悬雍垂腭咽成形术的治疗目的与上述悬雍垂腭咽成形术相同,不同的是以激光作为手术媒介,将患者已经出现异常的悬雍垂切除或截短,与常规悬雍垂在腭咽成形术相比对软腭张力改善、气道阻力减弱等有良好效果,同时出血更少,安全性更高。但该手术疗法的应用范围比较局限,仅适合存在软腭低垂、悬雍垂肥厚的患者。

## 2 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的护理措施

### 2.1 睡眠监测

OSAHS 患者在睡眠时有着较大的风险性,极有可能会呼吸暂停,进而致死,因此在对患者实施治疗时必须配合以针对性较强的护理干预方式。首先,OSAHS 风险多发生于夜间睡眠时,对此应加强睡眠监测,尤其是心电图、心电图、脑电图、胸腹呼吸运动等方面,并记录相关参数,防范于未然<sup>[5]</sup>。

## 2.2 心理护理

在 OSAHS 的影响下,患者在心理方面可能会受到较大的影响,产生抑郁、焦虑、无助等负面情绪,不利于对患者的治疗。严格来说,OSAHS 属于神经精神障碍性疾病,与患者的心理状态有一定的关联,因此在对患者实施治疗时应针对患者具体情况实施心理疏导。护理人员应加强与患者之间的交流,多多鼓励患者,告知患者 OSAHS 并不可怕,要勇敢面对,循序渐进的改善患者心理状态,并促进患者可树立积极向上的心理状态。

## 2.3 疼痛护理

OSAHS 患者在接受手术治疗后可能会伴随有较为剧烈的疼痛感,尤其是在腭咽成形术后,护理人员应主动询问患者疼痛感,并进行剧痛、中痛、重痛等疼痛等级的分级,同时可适当采取注意力转移法或药物来进行止痛,但应注意镇痛类药物的使用必须要合理、适量,降低对患者肾功能的影响<sup>[6]</sup>。

## 2.4 健康指导

患者的日常生活习惯多多少少也会对患者病症发展造成影响,因此需对患者实施健康指导,主要围绕合理饮食、接触烟酒、睡眠姿势等方面。若患者已接受微创或开放式手术治疗,需尽可能食用流食、半流食,避免食用刺激类食物,同时要多休息,禁止抽烟、酗酒。

## 3 结语

OSAHS 是当前比较少见的睡眠障碍性疾病,致死率较高,对患者生活质量影响极大,本篇文章中,笔者详细分析了对 OSAHS 患者的多种治疗及护理方法,同时希望能够对 OSAHS 的治疗提供经验借鉴。

## 参考文献

- [1] 韦倩,周诺.正颌外科及牵张成骨技术在阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征治疗中的应用进展[J].口腔医学研究,2019,35(11):1020-1022.
- [2] 张荣丽,王微,褚尧,余勤.舌下神经刺激治疗阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的研究进展[J].中国呼吸与危重监护杂志,2019,18(04):400-403.
- [3] 蒋理立,陈亿,袁祥,程中.代谢减重手术治疗肥胖症患者阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的研究进展[J].中国全科医学,2018,21(26):3276-3280.
- [4] 李俊.手术护理干预对低温等离子技术治疗儿童阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的效果研究[J].中国实用医药,2018,13(13):150-152.
- [5] 李文,唐文,王爱华.护理对低温等离子射频治疗儿童阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的围手术期意义[J].中国医药指南,2018,16(04):5+16.
- [6] 雷志坚.持续气道正压通气治疗阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征患者治疗依从性影响因素与护理进展[J].护理实践与研究,2017,14(06):24-26.

收稿日期: 2020 年 10 月 16 日

出刊日期: 2020 年 11 月 19 日

引用本文: 崔倩, 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的治疗与护理进展[J]. 当代护理, 2020, 1(4): 457-459.

DOI: 10.12208/j.cn.20200149

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2020 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS