

心理护理对 ICU 患者心理及睡眠的影响分析

何贞均

重庆市红十字会医院江北区人民医院 重庆江北

【摘要】目的 分析 ICU 病人用心理护理对改善心理状态和睡眠质量的价值。**方法** 对 2021 年 1 月-12 月本院 ICU 接诊病人 (n=100) 进行随机分组, 试验和对照组各 50 人, 前者采取心理护理, 后者行常规护理。对比 PSQI 评分等指标。**结果** 关于 SDS 和 SAS 评分, 干预结束时: 试验组数据分别是 (34.73±3.93) 分、(35.12±4.02) 分, 和对照组数据 (45.63±4.57) 分、(46.47±5.82) 分相比更低 (P<0.05)。关于 PSQI 评分, 干预结束时: 试验组数据 (5.12±0.83) 分, 和对照组数据 (7.65±0.97) 分相比更低 (P<0.05)。关于满意度, 试验组数据 98.0%, 和对照组数据 84.0% 相比更高 (P<0.05)。**结论** ICU 病人用心理护理, 睡眠质量改善更加明显, 负性情绪缓解更为迅速, 满意度也更高。

【关键词】 ICU; 满意度; 心理护理; 睡眠质量

Analysis of the influence of psychological nursing on the psychology and sleep of ICU patients

Zhenjun He

Chongqing Red Cross Society Hospital Jiangbei People's Hospital Chongqing Jiangbei, China

【Abstract】Objective To analyze the value of improving mental state and sleep quality of ICU patients with psychological nursing. **Methods** A total of 100 patients (n=100) admitted to ICU of our hospital from January to December 2021 were randomly divided into experimental group and control group, with 50 patients in each group. The former received psychological nursing, while the latter received routine nursing. PSQI score and other indicators were compared. **Results** At the end of the intervention, the scores of SDS and SAS in the experimental group were (34.73±3.93) and (35.12±4.02), respectively, which were lower than those in the control group (45.63±4.57) and (46.47±5.82) (P < 0.05). Regarding PSQI score, at the end of intervention, the experimental group (5.12±0.83) score was lower than the control group (7.65±0.97) score (P < 0.05). In terms of satisfaction, 98.0% of the experimental group was higher than 84.0% of the control group (P < 0.05). **Conclusion** With psychological nursing, the sleep quality of ICU patients is improved more obviously, the negative emotion is relieved more quickly, and the satisfaction is higher.

【Key words】 ICU; Satisfaction; Psychological nursing; The quality of sleep

对于 ICU 病人来说, 其病情往往都比较严重, 且病情进展也较为迅速, 稍不注意, 便会出现不良事件, 影响疗效^[1]。由于 ICU 病人在治疗期间没有家属的陪伴, 使得其更加的孤独, 落寞, 及害怕, 进而降低了其睡眠质量, 延长了康复进程^[3]。另外, 多数 ICU 病人对自身疾病的认知度也比较低, 加之受侵入性诊疗操作、疼痛与疾病折磨等因素的影响, 使得其更易出现焦虑、恐惧和烦躁等负性情绪, 进而降低了其依从性^[3]。为此, 护士还应加强对 ICU

病人进行护理的力度。本文选取 100 名 ICU 病人 (2021 年 1 月-12 月), 着重分析 ICU 病人用心理护理的价值, 如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2021 年 1 月-12 月本院 ICU 接诊病人 100 名, 随机分 2 组。试验组 50 人中: 女性 23 人, 男性 27 人, 年纪范围 23-75 岁, 均值达到 (39.59±7.31) 岁; 体重范围 39-79kg, 均值达到 (54.36±5.29) kg。对

照组 50 人中：女性 24 人，男性 26 人，年纪范围 22-76 岁，均值达到 (40.18±7.64) 岁；体重范围 39-80kg，均值达到 (54.45±5.07) kg。纳入标准：

(1) 病人非过敏体质；(2) 病人认知和沟通能力正常；(3) 病人对研究知情；(4) 病人意识清楚。排除标准：(1) 严重心理疾病；(2) 传染病；(3) 孕妇；(4) 意识障碍；(5) 恶性肿瘤临终期；(6) 精神病。2 组年纪等相比， $P>0.05$ ，具有可比性。

1.2 方法

2 组常规护理：用药干预、注意事项告知和病情监测等。试验组配合心理护理：(1) 家庭支持：做好家属的思想工作，及时告诉家属病人的治疗与康复进程，让家属能够安心。向病人提供平板电脑，让病人通过微信视频等方式，和家人沟通，以消除其孤独感。嘱家属在和病人沟通时，多说一些激励性的语言，多关心病人，让病人能够得到更多的情感支持。(2) 心理疏导：主动和病人交谈，期间，可酌情运用肢体语言，如：握手或拍肩膀。保护病人隐私，帮助病人解决心理问题。为病人播放喜欢的乐曲，指导病人做深呼吸运动，促使其身体放松。向病人介绍治愈的案例，增强其自信。教会病人如何稳定心态，包括暗示疗法和冥想。(3) 健康宣教：用简明的语言，配以图片或短视频，为病人讲述疾病知识，介绍治疗流程与目的，告知各项诊疗操作的原理。积极解答病人提问，打消其顾虑。(4) 环境管理：营造温馨的病房环境，强化空气和物品消毒力度。调整室温至 22-25℃，相对湿度 45-60%。保持室内光线柔和，物品摆放整齐，空气清新，地面整洁，没有噪音。若条件允许，可在室内摆放病人喜欢的物品，如：照片或书籍等，让病人能够感觉到温暖。(5) 疼痛干预：询问病人身体感受，了

解其疼痛情况。指导病人采取呼吸疗法、按摩或暗示疗法等方式转移注意力，减轻疼痛感。若有必要，也可对病人施以镇痛治疗。

1.3 评价指标^[4]

1.3.1 选用 SDS 和 SAS 这两个量表，评估 2 组干预前/后负性情绪：各量表都有 20 个条目，总分都是 80。低于 50 分，无负性情绪。高于 50 分，有负性情绪，得分越高，负性情绪越严重。

1.3.2 用 PSQI 量表评估 2 组干预前/后睡眠质量：有催眠药物、睡眠效率、入睡时间与日间功能障碍等内容，总分 21。得分和睡眠质量的关系：负相关。

1.3.3 2 组满意度评估结果：不满意 0-75 分，一般 76-90 分，满意 91-100 分。对满意度的计算以(一般+满意)/n*100%为准。

1.4 统计学分析

SPSS 23.0 处理数据，t 作用是：检验计量资料，其表现形式是 ($\bar{x}\pm s$)， χ^2 作用是：检验计数资料，其表现形式是 [n (%)]。P<0.05，差异显著。

2 结果

2.1 负性情绪分析

至于 SDS 和 SAS 这两个指标：尚未干预时，2 组数据之间呈现出的差异并不显著 ($P>0.05$)；干预结束时：试验组的心态更好 ($P<0.05$)。如表 1。

2.2 睡眠质量分析

至于 PSQI 评分：尚未干预时，2 组数据之间呈现出的差异并不显著 ($P>0.05$)；干预结束时：试验组的睡眠质量更好 ($P<0.05$)。如表 2。

2.3 满意度分析

至于满意度，试验组数据 98.0%，和对照组数据 84.0%相比更高 ($P<0.05$)。如表 3。

表 1 负性情绪评估结果表 (分, $\bar{x}\pm s$)

组别	例数	SDS		SAS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	50	56.48±7.25	34.73±3.93	57.28±8.35	35.12±4.02
对照组	50	56.13±7.69	45.63±4.57	57.94±8.62	46.47±5.82
t		0.2541	12.3146	0.2613	11.9735
P		0.1793	0.0000	0.1628	0.0000

表 2 PSQI 评估结果表 (分, $\bar{x}\pm s$)

组别	例数	干预前	干预后
试验组	50	13.65±2.31	5.12±0.83
对照组	50	13.79±2.54	7.65±0.97
t		0.3142	3.9725
P		0.1256	0.0039

表 3 满意度调查结果表 [n, (%)]

组别	例数	不满意	一般	满意	满意度
试验组	50	1 (2.0)	13 (26.0)	36 (72.0)	98.0
对照组	50	8 (16.0)	15 (30.0)	17 (34.0)	84.0
χ^2					7.1369
P					0.0251

3 讨论

医院组织结构中, ICU 占据着一个至关重要的地位, 肩负着对危重症病人进行诊疗和管理等重任^[5]。对于 ICU 病人来说, 其缺乏家属的陪伴, 独自在陌生的环境中接受治疗, 没法向家属倾诉心中的感情, 加之受疾病折磨等因素的影响, 使得病人的精神和心理负担都明显加重, 进而对其诊疗效果造成了直接性的影响^[6]。心理护理乃专科护理方式, 涵盖了“以人为本”这种新理念, 可从家庭支持、心理疏导、认知干预、环境管理与疼痛干预等方面出发, 予以其更加专业化与人性的护理, 以消除其负性心理, 增强自信, 而心态的改善则能促进病人的康复进程, 同时也能减轻病人的痛苦, 让病人能够睡得更加安稳^[7]。

詹杨的研究^[8]中, 对 110 名 ICU 病人进行了常规护理, 并对其中 55 名病人加用了心理护理, 结果显示: 心理组干预后 PSQI 评分 (7.13±1.11) 分, 比常规组 (10.1±2.22) 分低; 心理组干预后 SAS 评分 (45.34±2.15) 分, 比常规组 (53.95±3.34) 分低。表明, 心理护理对改善病人睡眠质量和减轻焦虑情绪等都具有显著作用。通过心理护理, 可减轻病人的心理负担, 提高病人身心舒适度, 改善病人睡眠质量, 让病人能够以一种更好的状态面对治疗, 从而有助于确保其疗效。本研究, 至于 PSQI 和 SAS 评分: 干预结束时, 试验组数据比对照组低 ($P < 0.05$), 这和詹杨的研究结果相似。至于 SDS 评分: 干预结束时, 试验组评估结果比对照组好 ($P < 0.05$); 至于满意度: 试验组数据比对照组高 ($P < 0.05$)。心理护理后, 病人的心态得到了显著的改善, 且其睡眠质量也明显提升, 满意度较高。为此, 护士可将心理护理作为 ICU 的一种首选辅助护理方式。

综上, ICU 病人用心理护理, 满意度高, 负性情绪缓解更为迅速, 睡眠质量改善更加明显, 值得推广。

参考文献

- [1] 陈学鹏. 探讨心理护理对重症监护室 (ICU) 重症患者焦虑状态、睡眠质量及生命质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9 (5) : 918-920.
- [2] 王雪. 心理护理对 ICU 重症患者焦虑状态、睡眠质量及生命质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8 (4) : 563-564.
- [3] 郭伟欣, 叶永春, 陈莉, 等. 人性化心理护理对 ICU 重症患者心理状态、睡眠质量及生命质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9 (6) : 1093-1095.
- [4] PRUESSNER JC, CHAMPAGNE F, MEANEY MJ, et al. Dopamine release in response to a psychological stress in humans and its relationship to early life maternal care: a positron emission tomography study using (11C)raclopride.[J]. The Journal of Neuroscience: The Official Journal of the Society for Neuroscience, 2019, 24 (11) : 2825-2831.
- [5] 钱燕霞. 探讨心理护理对重症监护室 (ICU) 重症患者焦虑状态、睡眠质量及生活质量的影响[J]. 饮食保健, 2020, 7 (15) : 174-175.
- [6] 刘丹丹. 探讨心理护理对重症监护室 (ICU) 重症患者焦虑状态、睡眠质量及生活质量的影响[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (67) : 92-93.
- [7] 邱珍. 探讨心理护理对重症监护室 (ICU) 重症患者焦虑状态、睡眠质量及生活质量的影响[J]. 康颐, 2021 (12) : 111.
- [8] 詹杨, 田蒙. 心理护理对于 ICU 患者睡眠质量的影响[J]. 医学美学美容, 2021, 30 (5) : 158.

收稿日期: 2022 年 10 月 2 日

出刊日期: 2022 年 11 月 25 日

引用本文: 何贞均. 心理护理对 ICU 患者心理及睡眠的影响分析[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1 (8) : 7-9

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200463

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: ©2022 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。 <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS