

## 护理干预对外科手术患者睡眠质量的影响

李宴乐, 付芸\*

云南省第一人民医院昆明理工大学附属医院睡眠中心 云南昆明

**【摘要】目的** 探讨外科手术患者临床护理干预在患者睡眠质量改善方面的应用效果。**方法** 本次研究对象选自我院接受外科手术治疗患者, 共74例, 时间为2018年5月-2020年5月, 根据临床护理干预方式上存在的差异, 将其分组展开实验。在以往常规护理模式下, 按照科室护理制度的相关规定, 护理人员为外科手术患者提供疾病监测、症状护理、饮食干预等常规护理服务, 将其作为本次研究中对照组患者的临床护理模式, 组内成员共37例。其余患者归为观察组, 在临床护理中增加了有关患者睡眠质量改善的相关护理干预措施, 联合常规有护理, 一同为观察组患者展开护理服务。**结果** 从两组患者护理后睡眠质量评分、入睡困难率、早醒率、睡眠中断率各项指标的比较上来看, 观察组患者的总体护理效果较好, 指标差异具有统计学意义( $P<0.05$ )。**结论** 睡眠质量的好坏对于外科手术治疗患者术后身体的恢复有着较大的影响, 为保持患者拥有充足的睡眠, 应采取有效的护理干预措施, 从患者的认知、行为干预、睡眠环境干预各方面入手, 提高患者的睡眠质量, 促进患者术后身体尽快康复, 达到良好的治疗效果。

**【关键词】** 外科手术; 护理干预; 睡眠质量; 改善; 效果

### Effect of nursing intervention on sleep quality of surgical patients

Yanle Li, Yun Fu\*

*Sleep Center, First People's Hospital of Yunnan Province Kunming University of Science and Technology Affiliated Hospital, Kunming, Yunnan*

**【Abstract】 Objective:** To explore the effect of clinical nursing interventions on surgical patients in improving sleep quality. **Methods:** This study was selected from 74 patients who underwent surgical treatment in our hospital from May 2018 to May 2020. According to the differences in clinical nursing intervention methods, they were divided into groups to conduct experiments. In the past conventional nursing model, in accordance with the relevant regulations of the departmental nursing system, nursing staff provided surgical patients with disease monitoring, symptom care, dietary intervention and other conventional nursing services as the clinical nursing model of the control group in this study. There were 37 members in the group. The rest of the patients were classified into the observation group, and related nursing interventions related to the improvement of patients' sleep quality were added to clinical nursing. Together with routine nursing care, the patients in the observation group were provided with nursing services. **Results:** From the comparison of the indexes of sleep quality score, difficulty falling asleep, early wake-up rate, and sleep interruption rate of the two groups of patients after care, the overall nursing effect of the observation group was better, and the difference in indicators was statistically significant ( $P<0.05$ ). **Conclusion:** The quality of sleep has a great influence on the recovery of patients after surgical treatment. In order to maintain patients with adequate sleep, effective nursing interventions should be taken, from the patient's cognition, behavior intervention, and sleep environment Intervene in all aspects to improve the quality of patients' sleep, and promote the patient's physical recovery as soon as possible to achieve good treatment results.

**【Keywords】** Surgery; Nursing Intervention; Sleep Quality; Improvement; Effect

\*通讯作者: 付芸

良好的睡眠,可缓解人们身体上的疲惫,拥有良好的精气神,更好的生活。手术是外科患者常见的治疗方法,因手术具有一定的创伤性,加上患者生理结构改变等因素的影响,术后患者身体较为虚弱,身体抵抗能力相对较差,故需要卧床休养。倘若患者的睡眠质量较差,出现入睡困难、早醒、睡眠中断等现象,在很大程度上会增加生理功能紊乱症状的发生概率,不利于患者身体的尽快康复。为此,在临床护理工作开展中,除了按照规定,为患者提供各项基础护理服务外,还应将重点放在患者睡眠质量的干预上,让患者拥有充足的睡眠,加快患者术后身体康复的速度,将临床治疗效果的发挥升高至最大程度。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本次研究对象为我院外科手术治疗患者,共74例,根据临床护理方式的不同应用,将其分组展开实验。其中,观察组患者中共25例男性、12例女性,最小年龄为27岁;对照组患者中共22例男性、15例女性,最大年龄为77岁,两组患者年龄上的平均值分别为 $(52.78 \pm 4.62)$ 岁、 $(50.79 \pm 5.37)$ 岁,所有患者均符合手术指征,对医疗工作的配合度良好,无精神类疾病。从两组患者年龄、性别等基本资料的整理上来看,差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

将常规护理服务向对照组患者提供,具体内容为:在患者住院治疗期间,对患者的病情进行监测,针对患者存在的不良症状,采取相应的治疗及护理措施,来缓解病症。另外,积极向患者展开健康宣教,告知患者疾病发生的原因及各项诊疗工作开展的目的和意义,提高患者的治疗依从性<sup>[1]</sup>。

在对观察组患者护理期间,常规护理内容同上,另外增加患者睡眠方面的护理干预。首先,外科患者手术治疗后,身体较为虚弱,日常生活需要床边有人进行照顾。在这种情况下,多数患者易出现焦虑、害怕等负面情绪,思想变得混乱,导致无法入睡。在这种情况下,护理人员应加强患者睡眠认知上的干预力度,主动与患者进行沟通,从双方交谈中,了解患者的担忧,对于患者心中的疑虑,一一为其解答。语言应亲切、温暖,让患者感受到来自医护人员的关怀,增进彼此之间的联系。另外,为

引导患者安心入睡,向患者传授负面情绪发泄的方法,调整自身的心态。告知患者心态调整对睡眠质量提高所起到的重要性作用,提高患者对自身睡眠情况的重视程度,按照医护人员的指导,放松心态,保持充足的睡眠。其次,为了让患者在夜间快速入睡,提醒患者白天尽可能的以清醒状态为主,对于相关检查项目的开展,也应在白天安排完成。在患者夜间入睡时,采用温水泡脚、按摩等方式,来促进患者入睡。对卧床姿势进行调整,枕头高度需适中,提高患者体位上的舒适度。最后,在病房环境方面,对室内温度、湿度进行调整,保持在适宜数值范围内。定时开窗通风,打扫室内卫生,保持地面干净、整洁,在进出病房时,提醒探视人员放轻脚步,保持室内安静,以免打扰到病人休息。对于入睡困难程度较为严重的患者,需在医生的叮嘱下合理使用安眠药物,用药前后,观察患者的症状表现,一旦发现异常,应立即向主治医生汇报,并采取相应的诊疗及护理措施<sup>[2]</sup>。

### 1.3 观察指标

在匹兹堡睡眠质量量表(P S Q I)的应用下,对两组患者的睡眠质量进行评估,分值高低与患者睡眠质量成正比。统计患者早醒、醒后难睡、入睡困难对应人数,观察两组患者护理后的睡眠情况,以上为本次护理效果的评判标准。

### 1.4 统计学处理

本次研究中数据的整理依靠SPSS20.0统计学软件来完成, $(\bar{x} \pm s)$ 、%为计量、计数单位,分别使用t、 $\chi^2$ 进行检验,当组间差异符合 $P < 0.05$ 的要求时,视为具有统计学意义。

## 2 结果

2.1 观察组患者的睡眠质量评分由护理前的 $12.45 \pm 2.76$ 分降低至护理后的 $4.27 \pm 1.57$ 分,对照组护理前后评分为 $12.76 \pm 3.54$ 分、 $7.24 \pm 2.78$ 分,护理后两组患者睡眠质量评分差异显著,具有统计学意义( $P < 0.05$ )。详细数据请见表1。

2.2 从两组患者入睡困难率、醒后难睡率、早醒率各项指标的比较上来看,观察组对应数值明显低于另一组,差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。详细数据请见表2。

## 3 讨论

从医学的角度出发,充足的睡眠能够让人们

表1 两组患者睡眠质量评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	护理前	护理后
观察组	37	12.45 ± 2.76	4.27 ± 1.57
对照组	37	12.76 ± 3.54	7.24 ± 2.78
T 值		0.0254	6.582
P 值		<0.05	<0.05

表2 两组患者各项睡眠指标比较 (n,%)

组别	例数	早醒	入睡困难	醒后难睡	睡眠中断
观察组	37	4 (10.81)	5 (13.51)	2 (5.41)	1 (2.70)
对照组	37	11 (29.73)	10 (27.03)	8 (21.62)	7 (18.92)
T 值		8.592	9.524	9.245	8.271
P 值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

拥有较好的精神状态, 对其人们各项生理功能的发挥也能起到很好的促进作用。为此, 想要提高自身生存质量, 必须形成规律的睡眠习惯, 有利于人们身心健康发展。外科是医院重要科室, 内部存在多种疾病患者, 并且在临床治疗中, 手术是做有效的治疗方法<sup>[3]</sup>。虽然, 手术治疗能够起到缓解病症的目的, 但手术创伤也会对患者的身体造成一定的伤害, 导致患者术后机体免疫能力下降, 需要卧床休息。不过, 从以往临床研究发现, 多数外科患者术后多多少少会存在一定的心理障碍性问题, 心态发生了较大的转变, 继而表现出焦虑、恐惧等负面情绪。因自身思想上的混乱, 加上外在环境各方面因素的影响, 不少患者无法正常入睡, 睡眠质量较差, 易早醒或者醒后难睡, 对于患者而言, 不仅会影响自身精气神, 还不利于术后身体的康复, 延长住院时间, 花费更多的医疗费用。

近年来, 我国医疗服务体系逐渐健全, 对临床护理工作的开展提出了更高的要求。为提高外科患者手术治疗有效率, 加快患者术后身体康复的速度, 针对患者存在的睡眠障碍性问题, 护理人员应加大这方面的护理力度, 对患者的睡眠情况进行评估, 从患者的睡眠认知、行为干预、睡眠环境干预等方面入手, 采取针对性的护理干预措施, 提高患者的睡眠质量, 让患者正常入睡, 保持充足的睡眠, 促进患者身体的恢复, 达到良好的治疗效果<sup>[4]</sup>。

在本次研究当中, 从两组患者睡眠质量评分、早醒率、醒后难睡率各项指标的比较上来看, 观察组患者的整体睡眠情况改善显著, 指标差异具有统

计学意义 ( $P < 0.05$ )。由此可见, 在外科手术治疗患者临床护理中, 应重视患者睡眠上的护理干预, 提高临床治疗有效率。

### 参考文献

- [1] 许良翠, 张佩文. 分级心理护理干预对改善外科手术患者负性情绪及睡眠质量的临床效果评价[J]. 医药高职教育与现代护理, 2019, 2(5): 364-367.
- [2] 张丹. 探讨围术期综合护理对泌尿外科手术患者术后疼痛与睡眠质量的影响[J]. 饮食保健, 2019, 6(28): 145.
- [3] 唐德凤. 中医情志护理对外科手术患者焦虑状态及睡眠质量影响[J]. 心理月刊, 2019, 14(18): 80.
- [4] 王亚红. PDCA 护理模式对于普外科手术患者术前睡眠质量的影响观察研究[J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6(8): 1146-1147.

收稿日期: 2020年7月29日

出刊日期: 2020年9月2日

引用本文: 李宴乐, 付芸, 护理干预对外科手术患者睡眠质量的影响[J]. 国际护理学研究, 2020, 2(5): 672-674.

DOI: 10.12208/j.ijnr.20200209

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