

帕金森病患者睡眠障碍现状调查及护理对策

陈碧凤, 古菊芳

中山大学附属第五医院 广东珠海

【摘要】目的 探究帕金森病患者睡眠障碍及护理措施。**方法** 随机数字表法选择2020.3-2021.9收治的帕金森病患者70例分为对照组、观察组。对照组常规护理,观察组睡眠障碍针对性护理。对比睡眠质量、嗜睡量、睡眠状况、满意度。**结果** 观察组上述指标均优于对照组($P<0.05$)。**结论** 数据表明帕金森病睡眠障碍与性别、年龄、病情程度具有相关性。60岁以上患者、男性患者、中重度病症患者睡眠障碍发生率更高。60岁以下、女性患者、轻度患者睡眠障碍发生率更低。针对性护理措施的睡眠行为干预、睡眠卫生干预及各类干预措施能够有效匹配患者认知水平以及病情进展,改善患者的睡眠质量、嗜睡量以及睡眠状况,提高护理满意度。值得临床推广。

【关键词】 帕金森病; 睡眠障碍; 针对性护理

【收稿日期】 2023年2月15日 **【出刊日期】** 2023年4月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000108

Investigation on the status of sleep disorders in patients with Parkinson's disease and nursing countermeasures

Bifeng Chen, Jufang Gu

The Fifth Affiliated Hospital of Sun Yat-sen University, Zhuhai City, Guangdong

【Abstract】Objective To explore the sleep disorder and nursing measures of patients with Parkinson's disease. **Methods** 70 patients with Parkinson's disease admitted from March 2020 to September 2021 were randomly divided into control group and observation group. Routine nursing for the control group and targeted nursing for sleep disorders in the observation group. Compare sleep quality, sleepiness, sleep status and satisfaction. **Results** The above indexes in the observation group were better than those in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The data show that the sleep disorder of Parkinson's disease is correlated with sex, age and severity of the disease. The incidence of sleep disorders is higher in patients over 60 years old, male patients, and patients with moderate and severe diseases. The incidence of sleep disorders was lower in patients under 60 years old, female patients and mild patients. The sleep behavior intervention, sleep hygiene intervention and various intervention measures of targeted nursing measures can effectively match the cognitive level and progress of patients, improve the sleep quality, sleepiness and sleep status of patients, and improve nursing satisfaction. It is worthy of clinical promotion.

【Key words】 Parkinson's disease; Sleep disorders; Targeted care

作为一种多发于中老年患者群体中的神经系统变性疾病,帕金森不仅会对患者产生严重身心影响,同时由于治疗时间过长、医疗成本高,对患者和家人的生活质量以及经济也有一定的影响^[1]。帕金森病的临床护理方法以常规护理为主,但始终无法达到预期护理效果。本文着重探讨了帕金森患者睡眠障碍问题及其针对性护理的作用。现将数据结果报告如下。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

随机数字表法选择2020.3-2021.9收治的帕金森病

患者70例分为对照组、观察组。对照组男女比(17/18),年龄40-80岁,平均年龄(61.73±18.98)岁。观察组男女比(19/16),年龄40-80岁,平均年龄(61.54±18.97)岁。资料比较 $P>0.05$,可比。

1.2 方法

1.2.1 对照组

护士应协助患者缓解精神上的紧张,并使患者保持稳定、良好的生活作息。为患者开展用药知识宣教等等。

1.2.2 观察组

音乐治疗: 护理人员需与患者建立良好的沟通桥梁, 主动询问患者喜欢哪种类型的音乐。在患者睡前利用播放设备为患者营造良好的睡前氛围, 减少紧张不良情绪对睡眠质量产生的影响。

认知干预: 通过开展知识宣教的方式帮助患者了解睡眠障碍与帕金森病症之间的关系以及睡眠障碍的发生机制。主动询问患者近期是否因个人外界因素导致自身睡眠出现障碍并为其提供针对性的应对措施, 避免各类因素对身心产生的不利影响。

睡眠行为干预: 护理人员需告知患者减少从事与睡眠无关的活动, 禁止在床上看电视或工作。白天需尽量下床活动, 如若存在睡意则可适当上床休息。无论夜间睡眠时间多长都需在第二天清晨准时起床, 以此养成良好的睡眠规律。

睡眠卫生干预: 督促患者制定合理的睡眠时间以及起床时间, 白天为患者安排规律的文娱体活动, 并要求患者多食用促进睡眠的食物。睡前可通过沐浴暖水泡脚以及饮用热牛奶的方式促进睡眠质量提高, 禁止饮用浓茶以及咖啡等含有刺激性物质的饮料。睡前需禁止吸烟并做兴奋性运动, 同时也需调整情绪, 避免情绪激动影响睡眠。睡前需患者脱衣盖被并排尽小便。

用药指导: 帕金森患者年龄相对较高, 大部分患者因认知水平或事物接受能力较差, 往往在服药期间存在漏服或多服的各种不良现象。需护理人员结合每一位患者的个体差异性开展针对性用药指导。对于无法清楚认知药物相互作用或用药流程的患者, 需要护理人员每日为其亲自指导用药并加大监管频次。护理人员需要始终以积极耐心的态度对待每一位患者, 帮助他们正确认识到各种护理干预流程对病情缓解产生的正确影响。

生活护理: 要求护理人员同患者调节原有不良生活方式, 结合患者身体素质可要求他们定期开展低强度或中强度的运动。

心理护理: 部分患者因病情影响导致自身存在较

为严重的心理压力, 护理人员要用温柔的语言来缓解患者的精神紧张。可以主动与单独待在病房内的患者进行沟通, 询问近期状况或者他们感兴趣的内容, 减少情绪影响身心健康。

1.3 疗效评价标准

1.3.1 睡眠质量、嗜睡量

匹兹堡睡眠质量指数量表、爱泼沃斯嗜睡量表进行数据统计, 分值与质量呈负相关。

1.3.2 睡眠状况

观察睡眠状况。

1.3.3 满意度

满意、基本满意、不满意评级对应:85分+、60分-84分、60分-。

1.4 统计学分析

软件包 (SPSS 24.0) 数据统计。 ($\bar{x}\pm s$) 表示睡眠质量、嗜睡量, t 检验。计数资料方式呈现睡眠状况、满意度。百分制表示, χ^2 检验。

2 结果

2.1 帕金森病睡眠障碍影响分析

对 70 例患者开展睡眠障碍现状调查。

其中 36 例男性患者睡眠障碍发生率为 61.11% (22/36)、病情为中重度的 28 例患者睡眠障碍发生率为 82.14% (23/28)、年龄为 60 岁以上的 38 例患者睡眠障碍发生率为 81.58% (31/28)。

34 例女性患者睡眠障碍发生率为 44.12% (15/34)、病情为轻度的 42 例患者睡眠障碍发生率为 45.24% (19/42)、年龄为 60 岁以下的 32 例患者睡眠障碍发生率为 40.63% (13/32)。

数据表明帕金森病睡眠障碍与性别、年龄、病情程度具有相关性。60 岁以上、男性患者、中重度患者睡眠障碍发生率更高。60 岁以下、女性患者、轻度患者睡眠障碍发生率更低。

2.2 睡眠质量、嗜睡量对比

观察组优于对照组 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1 睡眠质量、嗜睡量对比[($\bar{x}\pm s$), 分]

| 组别 | n | 睡眠质量 | | 嗜睡量 | |
|-----|----|------------|-----------|------------|-----------|
| | | 护理前 | 护理后 | 护理前 | 护理后 |
| 对照组 | 35 | 15.71±2.45 | 5.81±1.18 | 15.62±2.32 | 5.48±1.13 |
| 观察组 | 35 | 15.44±2.82 | 2.62±0.92 | 15.59±2.19 | 2.21±1.28 |
| t | - | 0.4276 | 12.6130 | 0.0556 | 11.3303 |
| p | - | 0.6703 | 0.0000 | 0.9558 | 0.0000 |

2.3 睡眠状况对比

对照组睡眠状况良好 28 例, 观察组睡眠状况良好 34 例。观察组优于对照组, 数据对比 $p=0.0242$ ($P<0.05$)。

2.4 满意度对比

对照组总满意率 74.29% (26/35), 观察组总满意率 94.29% (33/35)。观察组优于对照组, 数据对比 $p=0.0215$ ($P<0.05$)。

3 讨论

帕金森是我国中老年人中常见的一种神经退行性病变^[2]。这种病症可引起患者的某些神经细胞出现退化, 从而致使患者出现各种运动症状。从宏观角度来看, 我国人口老龄化趋势上升导致帕金森的患病率呈现逐年上升趋势。从类型角度来看, 帕金森包括运动症状和非运动症状^[3]。早期我国主要以运动症状判断帕金森病症对生活质量产生的影响, 当时期对应的医疗方式主要以缓解不良运动症状为主^[4]。随着医疗水平及理念的不断更新迭代, 当今时代医学领域越来越关注帕金森患者的非运动症状。有关研究表明, 非运动症状是影响帕金森患者心理健康的重要因素之一, 主要原因在于当今时代生活节奏过快导致民众生活压力较大, 非运动症状会影响帕金森患者的日常生活, 最终对心理造成不利影响^[5]。

帕金森睡眠障碍的主要类型为失眠, 觉醒障碍、快速眼动期睡眠行为障碍以及睡眠相关运动、呼吸障碍等等。失眠被认为是帕金森最常见的睡眠障碍症状, 临床表现大多以患者因生理或心理的疲劳感导致自身无法入睡或存在抑郁以及焦虑等情绪障碍^[6]。国外某学者在一项相关性研究中发现, 导致患者出现失眠症状的因素多种多样。例如患者左半球前后中心区域的整体白质减少, 会导致患者出现夜尿症且难以在短时间内再次入睡^[7]。觉醒障碍是指帕金森患者在日间出现疲惫头晕以及瞌睡增多的现象, 该现象是帕金森患者常见并发症。国外某学者在对 422 名帕金森患者的实验中发现, 有日间过度睡眠的患者其下丘脑多巴胺 D3 受体的使用情况有一定程度的降低。上述现象说明多巴胺 D3 受体能够提高帕金森患者日间的警觉性, 如若受体可用性受到抑制将会导致对应病症的产生。睡眠发作也是觉醒障碍的一种, 不同于其他睡眠障碍, 睡眠发作是具有无法抵抗、突然性的特征^[8]。

根据本次实验结果可以得出, 帕金森患者患有睡眠障碍的发生率与年龄和性别有关, 60 岁以上的男性患者发病率更高。此外也与病情进展有关, 例如中重度病情患者的睡眠障碍发病率相对较高。采取有效的

护理措施是帮助患者减轻睡眠障碍等不良症状影响的重要途径。开展针对性护理的观察组患者无论是睡眠质量、嗜睡量以及睡眠状况和护理满意度都优于对照组。

综上所述, 60 岁以上的男性患者以及病情为中重度患者患有睡眠障碍的发生率较高, 采用针对性护理能够有效提高护理质量, 值得临床推广。

参考文献

- [1] 游学炼. 帕金森病患者脑电图改变及其与睡眠障碍严重程度的相关性分析[J]. 医学理论与实践, 2022, 35(22): 3888-3890.
- [2] 于利雅, 彭蕾, 罗婷, 黄陈程, 王兆霞. 帕金森病患者睡眠障碍与脑电图活动、神经心理学指标和健康相关生活质量的关系研究[J]. 现代生物医学进展, 2022, 22(20): 3863-3867.
- [3] 罗琴, 石强, 龚清平, 李红梅, 邱涛, 肖华, 黄林. 不同类型睡眠障碍对帕金森病患者认知功能的影响分析[J]. 中国临床神经科学, 2022, 30(05): 575-580.
- [4] 尤林, 白抚生, 韩昱, 谢欣, 雷鸿雁, 杨帆, 李楠, 刘斌. 氯氮平治疗老年中晚期帕金森病患者震颤、睡眠障碍及精神症状的疗效观察[J]. 中国实用内科杂志, 2022, 42(04): 314-318.
- [5] 张磊, 赵玉武, 唐春雷, 汤定中, 胡灿芳, 刘振, 罗国君. 白细胞介素-1 β 及前列腺素 E 在帕金森病伴发快速眼动睡眠障碍的老年患者中水平及临床意义[J]. 中国老年学杂志, 2022, 42(02): 343-346.
- [6] 金莹, 李凯, 李淑华, 刘慧菁, 苏闻, 陈海波, 蔡晓杰. 帕金森病患者睡眠障碍与抑郁焦虑和生活质量的相关性[J]. 中国神经免疫学和神经病学杂志, 2021, 28(06): 459-463.
- [7] 许艳, 朱彤, 胡喆, 杨阳. 渐进式康复干预结合经颅磁治疗对帕金森病患者睡眠障碍及负性情绪的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27(19): 95-98.
- [8] HOLTBERND, FLORIAN, ROMANZETTI, SANDRO, OERTEL, WOLFGANG HERMANN, et al. Convergent patterns of structural brain changes in rapid eye movement sleep behavior disorder and Parkinson's disease on behalf of the German rapid eye movement sleep behavior disorder study group[J]. Sleep, 2021, 44(3).

版权声明: ©2023 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