

骨科住院患者睡眠质量的评估体系研究

张银凤, 王芳, 李雯

山西省吕梁市人民医院 山西吕梁

【摘要】目的 研究评估体系在骨科住院患者睡眠质量的应用。**方法** 选取 2024 年 1 月至 2024 年 6 月山西省吕梁市人民医院骨科下肢骨折手术患者 171 例, 随机分组, 对照组 86 例应用常规护理, 观察组 85 例实行基于评估体系的护理, 对两组睡眠质量(匹兹堡睡眠质量指数量表 PSQI)、心理状态(状态焦虑量表 SAI、健康问卷抑郁量表 PHQ-9)、临床指标(住院、骨折愈合时间及满意度)进行比较。**结果** 与对照组相较, 观察组睡眠质量评分均更高, 差异均有统计学意义($P < 0.05$); 心理状态评分更低, 差异均有统计学意义($P < 0.05$); 临床指标更优, 差异均有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 评估体系在骨科住院患者睡眠质量的应用效果较佳, 可提高患者睡眠质量, 改善心理状态, 缩短住院及骨折愈合时间, 提高满意度。

【关键词】 骨科住院; 睡眠质量; 评估体系

【收稿日期】 2024 年 12 月 1 日

【出刊日期】 2025 年 1 月 6 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250027

Research on the evaluation system of sleep quality in orthopedic inpatients

Yinfeng Zhang, Fang Wang, Wen Li

People's Hospital of Lvliang City, Lvliang, Shanxi

【Abstract】Objective To study the application of evaluation system in the sleep quality of orthopedic inpatients. **Methods** 171 patients who underwent lower limb fracture surgery at the People's Hospital of Lvliang City, Shanxi Province from January 2024 to June 2024 were selected and randomly divided into a control group of 86 cases who received routine care and an observation group of 85 cases who received evaluation based care. The two groups were compared in terms of sleep quality (Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), psychological status (State Anxiety Inventory SAI, Health Questionnaire Depression Scale PHQ-9), and clinical indicators (hospitalization, fracture healing time, and satisfaction). **Results** Compared with the control group, the observation group had higher sleep quality scores, and the differences were statistically significant ($P < 0.05$); The psychological state score was lower, and the differences were statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of the evaluation system in the sleep quality of orthopedic inpatients has a better effect, which can improve the sleep quality of patients and improve their psychological state.

【Keywords】 Orthopedic hospitalization; Sleep quality; Evaluation system

骨科住院患者通常需要较长期的恢复, 其疼痛、不适感较为严重, 且无法自如活动, 部分患者住院期间失去自护能力, 诸多因素严重影响患者的身心健康, 骨科住院患者易出现恐惧、焦虑、烦闷等情绪, 长此以往影响睡眠质量, 不利于机体恢复^[1-2]。

临床通常实行护理干预, 来改善患者的睡眠质量, 促进恢复, 而如何明确睡眠质量的具体影响因素, 并做出有效的评估, 也成为临床关注重点^[3]。本文则主要研究评估体系在骨科住院患者睡眠质量的应用, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 1 月至 2024 年 6 月山西省吕梁市人民医院骨科下肢骨折手术患者 171 例, 随机观察组($n=85$)和对照组($n=86$)。纳入标准: ①完成临床影像学检查分确诊下肢骨折; ②患者沟通良好。排除标准: ①伴有其他严重疾病; ②合并认知功能、精神障碍。两组患者差异无统计学意义($P > 0.05$), 具有可比性。

1.2 方法

对照组常规护理: 完善病情资料, 收集基础资料,

规范实施标准化护理措施, 规范饮食、用药, 基于病情和治疗需要同步开展护理干预。

观察组基于评估体系的护理: (1) 睡眠质量评估: 患者入院后, 进行睡眠质量评估, 分析睡眠障碍原因, 制定护理措施。(2) 睡眠障碍原因分析, 有疼痛、体位、心理因素、环境等方面因素, 针对这些影响因素积极开展专业干预, 改善患者睡眠质量。(3) 护理措施, ①疼痛护理, 护理人员对患者术后疼痛程度进行评估, 对于轻度疼痛采用转移注意力的方式来缓解, 如听音乐、播放视频、讲感兴趣话题等, 对于中重度疼痛则需要遵医嘱采用镇痛药物, 减轻疼痛, 此外还可通过穴位按摩、功能锻炼等方式来促进机体恢复, 使疼痛程度降低。②体位护理, 帮助患者定时翻身, 避免对患侧的压迫和碰撞, 并未患者制定舒适体位, 如调高床头、变换体位受力点的方式来改善疼痛, 在治疗及恢复阶段需要叮嘱患者及时更换体位, 减少对一侧关节的过度压迫。③心理护理, 主动与患者沟通交流, 给予鼓励、安慰语言, 疏导情绪, 并邀请心理专科医师对患者的心理状态进行分析, 实行针对性心理引导, 并指导家属给予充分的关心和帮助, 让患者感受到家庭温暖, 提高治疗信心。还可鼓励患者多与病友、亲友进行交流, 诉说苦闷, 舒缓情绪。④环境护理, 为患者创建舒适安静的环境, 定时开窗通风, 调节温湿度, 保障患者的舒适度, 对于夜间病房外的灯光亮度应当进行调节, 病房内的灯光应当以温和、颜色柔和为主。睡前可为患者播放助眠音乐或读物, 创造良好的睡眠环境, 同时注重床单被套的及时更换, 室内还可摆放绿植, 摆放书籍、图画等

物品, 提高环境温馨度。⑤睡眠护理, 制定规范性且具备针对性的睡眠计划表, 监督患者早睡早起, 保持充分的睡眠, 睡前指导患者进行呼吸训练、机体放松训练, 促进患者睡眠质量的提升。注意睡前避免情绪波动、过度饮食等情况, 还可在患者睡前通过实行按摩、喝牛奶等方式, 让患者充分放松、舒适的快速进入睡眠。

1.3 观察指标

睡眠质量: 参照匹兹堡睡眠质量指数量表 (PSQI) 评估患者的睡眠质量。

心理状态: 参照状态焦虑量表 (SAI)、健康问卷抑郁量表 (PHQ-9) 评估患者的心理状态。

临床指标: 住院时间、骨折愈合时间、满意度。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS21.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 率计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, ($P < 0.05$) 为差异显著, 有统计学意义。

2 结果

2.1 两组睡眠质量评分比较

与对照组相较, 观察组睡眠质量评分更优 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 两组心理状态评分比较

与对照组相较, 观察组护理后 SAI 评分、PHQ-9 评分均更低 ($P < 0.05$), 见表 2。

2.3 两组临床指标比较

与对照组相较, 观察组患者住院及骨折愈合时间更短, 且满意度更高 ($P < 0.05$), 见表 3。

表 1 两组生活质量评估 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生理机能	躯体疼痛	社会功能	心理状态	情感职能	精神健康	活力	总体健康状况
观察组	85	74.16 ± 5.82	73.56 ± 6.32	71.96 ± 5.74	71.54 ± 5.96	73.69 ± 7.38	73.79 ± 7.19	74.37 ± 7.86	73.96 ± 6.73
对照组	86	57.68 ± 3.57	59.81 ± 3.65	56.74 ± 3.75	55.17 ± 4.15	56.85 ± 4.85	58.13 ± 4.57	56.85 ± 5.11	57.19 ± 5.32
t	-	9.874	6.536	8.657	10.535	8.318	7.354	6.853	7.157
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

表 2 两组心理状态评分比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SAI 评分		PHQ-9 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	85	45.39 ± 3.17	26.39 ± 4.11	8.36 ± 1.64	3.11 ± 0.39
对照组	86	44.97 ± 3.61	37.65 ± 5.39	8.59 ± 1.53	5.06 ± 0.51
t	-	1.064	9.846	0.618	8.036
P	-	0.237	0.001	0.433	0.001

表3 两组临床指标比较 ($\bar{x} \pm s$) [n,(%)]

组别	例数	住院时间 (d)	骨折愈合时间 (周)	满意度 (%)
观察组	85	11.26±2.87	6.34±1.41	84 (98.82)
对照组	86	17.54±4.65	8.65±3.23	71 (82.56)
t/χ^2	-	11.937	6.917	13.335
P	-	0.001	0.001	0.001

3 讨论

近年来,我国骨科疾病发病率不断增长,涉及关节、脊柱病变、发育畸形、骨折等多种疾病,对人们生命健康造成威胁,且影响人们的日常生活^[4]。而骨科住院患者受到疼痛、休息体位、心理、环境等因素的影响,造成日常睡眠障碍、失眠等情况^[5],不利于机体的恢复。

本研究结果表明,观察组患者护理后生活质量评分更高,不良心理状态评分更低,明确表示睡眠质量评估体系在骨科住院患者中具有重要作用。分析其原因,患者骨折后机体疼痛感受较为明显,而疾病治愈需要较长时间段,在此期间,患者可出现较为严重的负面情绪,降低治疗依从性,不利于疾病的治疗与恢复,长期性如此,患者睡眠质量可受到严重影响。因此通过对患者实行积极的心理护理,加强鼓励及安慰,逐步增强患者治疗信心,良好的心理状态在治疗期间能够促进睡眠质量的提升^[5]。并且患者下肢骨折在睡眠体位上需要加以重视,体位不当可对患肢造成压迫、牵拉的情况,引起不适、疼痛,而长时间保持同样体位,患者机体不适感也较为明显,因此还需注重体位对机体的影响。同时院内人流量过大,病房、过道环境嘈杂也是影响患者睡眠的重要原因。本次通过应用睡眠质量评估体系,对影响骨科住院患者睡眠质量的相关因素,并根据每一个影响因素来实行护理,通过实行疼痛干预、体位管理、心理干预、环境干预、饮食管理等,有效改善患者的临床不适、减轻疼痛,并调整临床心态等,从而逐步改善睡眠质量,促进机体恢复^[6]。而评估体系的应用价值也得以体现,通过建立评估体系,能够从多方面了解到影响患者睡眠的因素,并掌握住院患者是否存在睡眠障碍的情况,从而结合机体恢复,实行更优质、更有效性护理,提升护理质量,并更利于机体恢复^[7]。在李跃琼^[8]等人的研究中表示通过建立睡眠质量评估体系,基于此实行针对性护理,在改善患者睡眠质量上效果较佳,这与本研究结果一致。

评估体系在骨科住院患者睡眠质量的应用效果较佳,可提高患者睡眠质量,改善心理状态,缩短住院及骨折愈合时间,提高满意度。

参考文献

- [1] 周蓓颖,陆亚琴. 分析疼痛护理干预对骨科术后患者疼痛及睡眠质量的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10 (10): 2435-2437.
- [2] 周莉琳. 人性化护理干预应用于骨科住院患者的临床效果及对睡眠质量的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9 (12): 2431-2433.
- [3] 曾玉洁,陈丽娟,郭淑华. 优质护理对骨科病区住院患者睡眠质量满意度的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8 (07): 1250-1251.
- [4] 魏晨慧,郭锦丽,程宏,等. 骨科患者围术期睡眠质量的调查及影响因素分析 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8 (06): 941-944.
- [5] 王俊. 不同类别骨科手术患者围术期睡眠质量的比较分析 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8 (01): 26-27.
- [6] 李跃琼. 应用老年睡眠评估体系改善老年住院患者失眠状况的研究 [J]. 中国医学创新, 2020, 17 (32): 111-114.
- [7] 魏晨慧,郭锦丽,程宏,等. 不同类别骨科手术病人围术期睡眠质量及影响因素分析 [J]. 护理研究, 2020, 34 (12): 2120-2125.
- [8] 李跃琼.应用老年睡眠评估体系改善老年住院患者失眠状况的研究[J].中国医学创新,2020,17(32):111-114.

版权声明: ©2025 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