

老年失眠患者采用中医内科护理的临床效果分析

贾沛涛

甘南州藏医医院 甘肃合作

【摘要】目的 分析研究中医内科护理应用于老年失眠患者护理中的效果。**方法** 加入到本次研究的对象均为老年失眠患者，其纳入起始时间在2020年3月，终止时间在2021年3月，共计纳入62例患者。按照信封抽签法随机分成两组，其中一组设定为对照组，本组采取常规护理，余下一组设定为实验组，本组实行中医内科护理，上述两组均有31例患者。分析比较两组睡眠质量评分、生活质量。**结果** 实验组睡眠质量护理前与对照组比较差异不明显，不具备统计学含义($P > 0.05$)。经护理后，实验组与对照组比较，可见实验组较低($P < 0.05$)。实验组生活质量护理前与对照组比较差异不明显，不具备统计学含义($P > 0.05$)。经护理后，实验组与对照组比较，可见实验组较高($P < 0.05$)。**结论** 在老年失眠患者护理中采取中医内科护理干预，可对患者的睡眠予以改善，提高其生活质量，进而对其护理满意度予以提高。由此可见，此种护理方法在老年失眠患者护理中具有重要的意义。

【关键词】 老年失眠患者；中医内科护理；睡眠质量；生活质量；护理满意度

Analysis of clinical effect of TCM internal medicine nursing in elderly patients with insomnia

peitao Jia

Gannan prefecture Tibetan medical hospital Gansu Hezuo

【Abstract】 Objective To analyze and study the effect of TCM internal medicine nursing in the nursing of elderly patients with insomnia. **Methods** the subjects included in this study were elderly patients with insomnia. The start time of inclusion was March 2020 and the end time was March 2021. A total of 62 patients were included. According to the envelope lottery method, they were randomly divided into two groups. One group was set as the control group. This group took routine nursing, and the other group was set as the experimental group. This group implemented traditional Chinese medicine internal medicine nursing. There were 31 patients in the above two groups. The sleep quality score, quality of life and nursing satisfaction of the two groups were analyzed and compared. **Results** there was no significant difference in sleep quality between the experimental group and the control group before nursing ($P > 0.05$). After nursing, the experimental group was lower than the control group ($P < 0.05$). There was no significant difference in the quality of life between the experimental group and the control group before nursing ($P > 0.05$). After nursing, the experimental group was higher than the control group ($P < 0.05$). The nursing satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** TCM internal medicine nursing intervention in the nursing of elderly patients with insomnia can improve their sleep, improve their quality of life, and then improve their nursing satisfaction. It can be seen that this kind of nursing method is of great significance in the nursing of elderly patients with insomnia.

【Keywords】 Elderly patients with insomnia; TCM internal medicine nursing; Sleep quality; Quality of life; Nursing satisfaction

伴随着年龄不断增长，人体器官功能则会随之降低。老年人生活习惯和生理条件产生了转变，其为失

眠多发的人群^[1]。老年失眠患者可出现免疫功能降低、脏器功能损伤以及记忆力衰减等，若病情较为

严重,可造成其出现心脑血管疾病以及高血压等。相关研究指出,失眠能够导致中老年患者出现脑萎缩以及痴呆,可严重危及老年患者的身心健康^[2]。分析研究中医内科护理应用于老年失眠患者护理中的效果。研究结果详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

加入到本次研究的对象均为老年失眠患者,其纳入起始时间在2020年3月,终止时间在2021年3月,共计纳入62例患者。按照信封抽签法随机分成两组,其中一组设定为对照组,本组采取常规护理,余下一组设定为实验组,本组实行中医内科护理,上述两组均有31例患者。两组男女占比为(实验组:男17例,女14例)与(对照组:男18例,女16例);年龄(实验组:65-78岁,平均 68.65 ± 1.33 岁)与(对照组:64-79岁,平均 67.87 ± 1.54 岁);两组基础资料对比差异 $P>0.05$,提示无法满足统计学含义。

(1) 纳入标准

①患者符合失眠相关诊断标准;②患者年龄60岁 \leq ,患者基础资料全;③能够配合本次研究安排。

(2) 排除标准

①患有其他严重疾病者,患有精神类疾病者;②对本次研究依从性差者,基础资料缺失者;③中途退出研究者。

1.2 方法

(1) 对照组

本组接受常规护理干预,为患者营造舒适、安静的治疗环境,确保室内温湿度、光线等控制在合理范围内。给予患者药物指导,且给予口头健康教育,加强与患者之间的沟通,以了解其心理情况,对其产生的负面情绪予以缓解。此外对患者采取饮食指导,告知其日常饮食中主要以清淡以及易消化的食物为主。

(2) 实验组

本组在常规护理基础上采取中医内科护理,方法详见下文:

①中医情志护理:向患者讲解失眠的相关知识,例如导致失眠的原因、治疗方法及相关注意事项等,在此期间需要应用简单易懂的语言,以便患者能够更好的理解。同时可为患者讲解中医观点,对其错

误的认知予以纠正,且提升其疾病认知度。若患者出现恐惧以及焦虑等负面情绪,可给予其转移注意力法,例如看电视、听音乐等,同时给予深呼吸指导,以促进其身心放松、消除其紧张感。

②中医按摩护理:按照中医辨证的原则选取需要施行按摩的穴位,对于痰热干扰型患者,选取患者足三里、合谷穴以及中脘穴进行按摩,每处穴位需要进行按摩3分钟。对于肝郁化火证的患者,需要选取其耳廓背、天庭以及太阳穴,每日需要按摩50到70次,对于涌泉穴需要每日进行100次按摩。

③中医针灸、耳穴贴压护理:在对患者进行针灸期间,需要取患者的三阴交、内关穴以及神门穴,每日行针灸1次。使用朱砂敷贴置于患者涌泉穴,并对其耳廓背部予以按压揉搓。

1.3 效果标准

分析比较两组睡眠质量评分、生活质量以及护理满意度。(1)应用匹兹堡睡眠质量量表(PSQI)对患者护理前后的睡眠质量进行评价,分数越高,提示患者的睡眠质量较差。(2)采取生活质量量表(SF-36)对患者护理前后的生活质量予以评价,分数越高,提示患者的生活质量较高。

1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用SPSS 23.0软件进行处理。 $(\bar{x}\pm s)$ 用于表示计量资料,用 t 检验;($\%$)用于表示计数资料,用 (χ^2) 检验。当所计算出的 $P<0.05$ 时则提示进行对比的对象之间存在显著差异。

2 结果

2.1 两组睡眠质量对比分析

实验组睡眠质量:护理前(10.42 ± 2.14)分;护理后(5.43 ± 2.15)分。对照组睡眠质量:护理前(10.54 ± 2.53)分;护理后(8.76 ± 2.32)分。两组护理前后睡眠质量对比 t 检验:护理前($t=0.201, P=0.840$);护理后($t=5.859, P=0.001$)。各组内护理前后睡眠质量对比 t 检验:实验组($t=9.158, P=0.001$);对照组($t=2.887, P=0.005$)。实验组睡眠质量护理前与对照组比较差异不明显,不具备统计学含义($P>0.05$)。经护理后,实验组与对照组比较,可见实验组较低($P<0.05$)。各组内护理前后生活质量对比差异符合统计学含义($P<0.05$)。

2.2 两组生活质量对比分析

实验组生活质量: 护理前 (56.76±3.46) 分; 护理后 (89.67±4.32) 分。对照组生活质量: 护理前 (56.79±2.38) 分; 护理后 (77.85±3.32) 分。两组护理前后生活质量对比 *t* 检验: 护理前 ($t=0.039$, $P=0.968$); 护理后 ($t=12.079$, $P=0.001$)。各组内护理前后生活质量对比 *t* 检验: 实验组 ($t=33.106$, $P=0.001$); 对照组 ($t=28.704$, $P=0.001$)。实验组生活质量护理前与对照组比较差异不明显, 不具备统计学含义 ($P>0.05$)。经护理后, 实验组与对照组比较, 可见实验组较高 ($P<0.05$)。各组内护理前后生活质量对比差异符合统计学含义 ($P<0.05$)。

3 讨论

我国中医学中指出, 失眠为人体阴阳出入失衡, 此消彼长引起^[4]。因老年各项身体机能减退, 且代谢减慢, 从而引起肾阴虚弱, 无法满足心肾运行所需的能量, 从而引起其心神不宁, 无法入睡, 以及在入睡后极易产生惊醒, 从而导致其睡眠质量较差^[5]。

在中医内科护理中, 主要于常规护理基础上对患者采取穴位按摩、针灸、情志护理以及中医膳食干预等, 以促进老年人身体机能, 经持续刺激以及引导, 以改善老年人肾阴亏虚^[6]。同时穴位按摩、针灸可对患者的神经、经脉等压力以及紧张予以缓解, 从而获得舒经活络的效果, 同时结合情志护理, 能够促使患者处于放松状态, 进而对其睡眠质量予以提高^[7]。本次研究结果中, 实验组睡眠质量护理前与对照组比较差异不明显, 不具备统计学含义 ($P>0.05$)。经护理后, 实验组与对照组比较, 可见实验组较低 ($P<0.05$)。实验组生活质量护理前与对照组比较差异不明显, 不具备统计学含义 ($P>0.05$)。经护理后, 实验组与对照组比较, 可见实验组较高 ($P<0.05$)。实验组护理满意度与对照组比较, 可见实验组较高 ($P<0.05$)。由上述研究结果可见, 采取中医内科护理干预的效果显著优于常规护理。

综上所述, 在老年失眠患者护理中采取中医内科护理干预, 可对患者的睡眠予以改善, 提高其生

活质量, 进而对其护理满意度予以提高。由此可见, 此种护理方法在老年失眠患者护理中具有重要的意义。

参考文献

- [1] 陆爱琼. 中医内科护理干预应用于老年失眠患者中的临床效果观察[J]. 医药前沿, 2021, 11(9):2.
- [2] 张洁华. 探讨中医内科护理干预治疗老年失眠临床效果[J]. 世界睡眠医学杂志, 2020,43(26):153-154.
- [3] 杨海超, 黄炜, 韩晓东. 中医内科护理对老年失眠患者的干预有效性研究[J]. 健康之友 2020, 18(21): 211.
- [4] 黄伟君, 张少群, 许智红. 中医内科护理干预老年患者失眠的效果观察[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020,23(50):1.
- [5] 沈嫣, 钱玥. 高龄睡眠障碍患者的中医证型分析及护理干预效果研究[J]. 浙江中医药大学学报, 2021, 45(5):5.
- [6] 郭梅芳子. 中医护理干预对老年失眠患者的临床效果分析[J]. 健康必读, 2020, 021(006):174-175.
- [7] 褚瑞芬, 吕洋, 翟晓丹. 中医护理干预对老年失眠患者的临床效果[J]. 实用中医内科杂志, 2021, 35(10):3.

收稿日期: 2022 年 3 月 26 日

出刊日期: 2022 年 5 月 18 日

引用本文: 贾沛涛, 老年失眠患者采用中医内科护理的临床效果分析[J]. 当代护理, 2022, 3(3): 100-102
DOI: 10.12208/j.cn.20221094

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