

## 心理护理对重症监护室重症患者焦虑状态与睡眠质量的影响

赖琳茜

陆军特色医学中心重症医学科 重庆

**【摘要】目的** 研究心理护理对重症监护室重症患者焦虑状态与睡眠质量的影响。**方法** 在我院2021年9月至2022年8月间收治的重症监护室重症患者中随机选取56例,并将患者采用抽签的方式随机划分为两组,一组为对照组按照常规的护理模式进行护理,另一组为观察组在常规护理外心理护理干预,最终比较两组患者不同护理模式下的焦虑状态和睡眠质量。**结果** 在进行护理前,两组患者的焦虑状态及睡眠质量均无明显差异( $P>0.05$ );护理后,观察组患者的焦虑状态评分明显优于对照组( $P<0.05$ ),同时观察组睡眠质量也高于对照组( $P<0.05$ )。**结论** 在重症监护室重症患者的护理中,应用心理护理进行护理干预能够显著改善患者的心理状态,减少患者的焦虑情绪,同时让患者能够更好的适应治疗过程,大大提高患者的睡眠质量。

**【关键词】** 心理护理;重症监护室患者;焦虑状态;睡眠质量

### Effects of psychological nursing on anxiety state and sleep quality in ICU patients

Linxi Lai

Army Characteristic Medical Center Chongqing

**【Abstract】 Objective** To study the effect of psychological nursing on anxiety and sleep quality of critical patients in ICU. **Methods** 56 patients in ICU admitted in our hospital from September 2021 to August 2022 were randomly selected and randomly divided into two groups by drawing lots. One group was the control group, who received nursing care according to the conventional nursing mode, and the other group was the observation group, who received psychological nursing intervention outside the conventional nursing care. Finally, the anxiety state and sleep quality of the two groups of patients under different nursing modes were compared. **Results** Before nursing, there was no significant difference in anxiety and sleep quality between the two groups ( $P>0.05$ ); After nursing, the anxiety score of patients in the observation group was significantly better than that of the control group ( $P<0.05$ ), and the sleep quality of the observation group was also higher than that of the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** In the nursing of critical patients in ICU, the application of psychological nursing intervention can significantly improve the psychological state of patients, reduce their anxiety, and enable patients to better adapt to the treatment process, greatly improving the sleep quality of patients.

**【Key words】** psychological nursing; Patients in intensive care unit; Anxiety state; sleep quality

重症监护室也叫密切监护病房,一般来说称为ICU,其内配备有各种急救器材和观察设备,主要收治病情急危、病症严重同时需要密切监护的患者,包括车祸多发伤、脑出血、胸腔损伤、腹腔脏器破裂等患者<sup>[1]</sup>。重症监护室重症患者需要采用24小时不间断的观察、密切监护,以患者提供循环和

呼吸支持等多方面的支持,为患者救治提供条件和时间,帮助患者度过高危期,提高患者生存率<sup>[2]</sup>。重症监护室重症患者的护理不仅需要做到标准化、高效化,也要足够细致以能够及时准确对患者采取干预措施,进行治疗,保证患者生命健康<sup>[3]</sup>。然而此类患者的心理状态及睡眠质量往往会受到病情的

影响,从而不利于治疗开展,因此需要进行合理的护理干预以缓解焦虑情况,同时改善患者的不良反应提高睡眠质量,促进患者治疗疗效,让患者尽快恢复<sup>[4]</sup>。本文研究分析了心理护理对重症监护室重症患者焦虑状态与睡眠质量的影响,具体研究结果报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

研究随机在我院 2021 年 9 月至 2022 年 8 月间收治的重症监护室重症患者中抽取了 56 例为研究的对象,并将患者采用抽签的方式随机划分为对照组和观察组,各有 28 例。其中对照组的患者采用常规的护理,观察组的患者则在对照组患者护理模式上进行心理护理干预。对照组 28 例重症患者中,男 17 例,女 11 例,年龄 26~80 岁,平均年龄(49.89±5.73)岁;观察组 28 例重症患者中,男 15 例,女 13 例,年龄 21~77 岁,平均年龄(50.08±5.39)岁;对比两组患者一般信息,分析发现无明显差异( $P>0.05$ ),满足研究的可比性要求。

### 1.2 方法

对照组重症监护室重症患者采用常规的护理模式,保证事无巨细,密切监测患者的各项数据、体征的变化;及时清理病房,做好杀毒除菌工作,根据患者情况合理调整温湿度;同时根据患者治疗情况,为患者制定适宜的饮食方案;做好患者的翻身清洁等工作;保证异常时第一时间采取措施,进行治疗。

观察组重症监护室的重症患者除了标准的常规护理外进行心理护理干预:(1)环境介绍:患者处于陌生的环境中,往往容易出现焦躁不安,护理人员要为患者讲解 ICU 病房的各项环境以及医护人员的基本情况,让患者放下内心的戒备,进行治疗;(2)健康教育:患者处于重症监护室中,往往会因为担忧病情从而导致压力剧增,焦虑不断以及无法入眠的情况,严重影响治疗的流程,因此需要通过疾病科普、治疗方式讲解等方式,让患者尽快了解自身病况以及注意事项,调整心态,更好的配合治疗。(3)沟通交流:在重症监护室中与重症患者接触得最多的便是护理人员,因此面对患者不良的情绪,要积极沟通交流,调节患者的状态,注重患者的情绪变化,以积极阳光的形象鼓舞患者,提

高患者治疗的信心。(4)睡眠护理:患者的睡眠质量往往影响着患者的体力,对于调节患者的情绪也有帮助,因此要尽可能保证病房环境的干净整洁,了解患者的需要,通过摆放患者熟悉的物件为患者创造较为熟悉的环境;同时要做好室内阳光、温湿度的调节,对于患者的疼痛采取注意力转移法或适当予以镇痛剂,让患者以最好的状态入眠,提高睡眠质量。(5)与家属协作护理:对于家属不能探视的期间,做好患者的安抚工作,同时通过语音或者视频的方式实现患者与家属之间的沟通,让患者从心理上感受到温暖,配合家属鼓励患者,让患者树立积极的心态;对于不能通过语言交流的患者,采用文字或者是动作的方式进行沟通,让患者的孤单感降低。

### 1.3 观察标准

#### 1.3.1 焦虑状态评分

采用 SAS 焦虑评分量表通过患者的自评对比患者的焦虑状态。

#### 1.3.2 睡眠质量

采用 PSQ 匹兹堡睡眠质量指数评估患者的护理前后的睡眠质量变化以及不同的护理模式对于患者睡眠质量的影响,该评估从患者的入睡时间、睡眠效率、使用催眠药物、睡眠质量时间、出现的睡眠障碍以及患者日间功能等方面进行评分,综合得到最终评分。。

### 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,计数资料采用 $\chi^2$ 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 焦虑状态评分

护理前两组患者的焦虑状态评分差异不大,在护理后两组患者的焦虑状态均得到明显改善,观察组患者的 SAS 评分明显低于对照组患者,差异具有统计学意义( $P<0.05$ )。

### 2.2 睡眠质量评分

护理前两组患者的睡眠质量 PSQI 评分差异不大,在进行护理后两组患者的睡眠质量得到有效改善,同时观察组患者的 PSQI 评分明显高于对照组,差异具有统计学意义( $P<0.05$ )。

表1 焦虑状态评分 ( $\bar{x}\pm s$ , 分)

组别	例数	护理前 SAS 评分	护理后 SAS 评分
观察组	28	66.12±10.79	39.65±10.37
对照组	28	65.98±11.23	46.99±10.15
t	-	0.048	2.677
P	-	0.962	0.009

表2 睡眠质量评分 ( $\bar{x}\pm s$ , 分)

组别	例数	护理前 PSQI 评分	护理后 PSQI 评分
观察组	28	14.52±1.97	8.77±1.04
对照组	28	14.45±2.01	11.36±2.68
t	-	0.132	4.767
P	-	0.896	0.001

### 3 讨论

重症监护室是一个收治病情危急患者,为患者提供多方面的支持以及协作治疗平台的地方<sup>[4]</sup>。重症监护室重症患者往往需要最为精细的护理,此类患者的心理及睡眠情况往往会随着疾病的治疗而受到一定影响,因此需要采用合理的护理干预,让患者以更良好的心理状态、睡眠质量应对疾病<sup>[5]</sup>。

在重症监护室重症患者的常规护理中,保障了患者的身体健康,有效的延续了患者的生命及健康,然而随着患者的治疗,昂贵的费用以及患者对于病情的担忧往往会导致患者出现焦虑以及睡眠差的现象。因此在此类患者的护理同时开展心理护理干预,能够通过对患者心理上的照顾,舒缓患者的心情,减轻患者对于病情的担忧,从而有效改善患者的焦虑状态;同时让患者以积极的状态应对疾病,在放松的心态中治疗,有效提高改善的睡眠情况,提高睡眠质量。

综上所述,在重症监护室重症患者的护理中,应用心理护理干预能够从调节患者的心态上,缓解患者的焦虑状态,同时让患者的睡眠情况得到有效改善,让睡眠的质量大大提高。

### 参考文献

- [1] 李雪燕,陈华,方小琼,叶严丽.心理护理对重症监护室重症患者焦虑状态与睡眠质量的影响分析[J].世界睡眠医学杂志,2021,8(3):466-468.
- [2] 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.

- [3] 陈溢玲,林婷婷,钟丽琴,李颖彬,曾桃霞.模块化护理干预对呼吸重症监护室重症肺炎患者睡眠质量、心理状态的影响[J].中外医药研究,2022,1(1):120-122.
- [4] 林巧凤,易碧兰,陈妍,高传琴,陈刚.心理护理对ICU重症患者睡眠质量的影响观察[J].世界睡眠医学杂志,2020,7(10):1786-1788.
- [5] 耿琨.重症监护室危重病患者的心理护理分析[J].实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(9):131-131133.
- [6] 彭燕,赵焕杰.人文关怀护理对重症监护室患者心理状态的影响[J].中国实用医药,2019,14(25):180-182.
- [7] 邱琳琳.心理护理对ICU重症患者的心理状态及生活质量的影响[J].航空航天医学杂志,2020,31(6):744-745.
- [8] 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.

收稿日期: 2022年9月13日

出刊日期: 2022年11月15日

引用本文: 赖琳茜.心理护理对重症监护室重症患者焦虑状态与睡眠质量的影响[J].现代护理医学杂志,2022,1(7):184-186

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200456

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