



研究袋鼠式护理配合婴儿抚触对新生儿睡眠质量和睡眠时间的影响

王 娟

(湖南省衡阳市衡南县人民医院 儿科 421199)

【摘要】目的：探究袋鼠式护理配合婴儿抚触对新生儿睡眠质量和睡眠时间的影响。**方法：**选取本院于2016年3月至2018年1月经阴道分娩的200例新生儿进行随机分组研究，对照组(n=100)新生儿接受常规产科护理，观察组(n=100)新生儿予以袋鼠式护理。对比分析两组新生儿的睡眠质量及睡眠时间。**结果：**新生儿出生后第三天，观察组新生儿的睡眠时间、睡眠质量明显优于对照组(P<0.05)，差异有统计学意义；观察组第三十天的睡眠时间、睡眠质量与对照组的差异不显著(P>0.05)，无统计学意义。**结论：**袋鼠式护理能够有效改善新生儿的睡眠质量，增加其睡眠时间，护理效果显著，值得推广。

【关键词】袋鼠式护理；婴儿抚触；睡眠质量；睡眠时间

中图分类号：R256.12

文献标识码：A

文章编号：1009-5187(2018)10-237-01

袋鼠式护理(KNC)又被称作皮肤接触护理，是指对住院、较早出院的新生儿出生早期进行持续性皮肤接触，并指导产妇进行纯母乳喂养，出院后定期随访。该护理模式与传统暖箱相比更具人性化，操作方便，在新生儿母亲的积极配合之下，费用低廉，护理质量较高，效果更佳[1]。本研究以本院200例新生儿为研究对象，并进行分组护理，旨在探究袋鼠式护理配合婴儿抚触的实际护理效果。现报告如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取本院于2016年3月至2018年1月经阴道分娩的200例新生儿进行随机分组研究，对照组(n=100)中有59例男、41例女；平均胎龄(38.69±2.15)周；平均体重(3245.31±348.59)g；1min、5min的Apgar评分分别为(8.49±0.36)分、(9.89±0.25)分；平均血糖值为(4.57±1.63)mmol/L-1；观察组(n=100)对照组(n=100)中有58例男、42例女；平均胎龄(39.22±2.26)周；平均体重(3265.16±356.24)g；1min、5min的Apgar评分分别为(8.56±0.38)分、(9.91±0.34)分；平均血糖值为(4.58±1.74)mmol/L-1。两组新生儿的基本资料差异无统计学意义(P>0.05)，有可比性。

1.2 方法

对照组予以常规产科护理。观察组予以袋鼠式护理模式配合婴儿抚触护理。具体护理内容为新生儿经过常规处理后需征得新生儿母亲的知情同意才能进行袋鼠式护理。实施过程中，护理人员指导母亲呈半卧位，将床头摇至30°~60°，主要考虑母亲的舒适度。让新生儿赤裸全身呈俯卧姿势卧与母亲的乳房之间，保持半倾斜位或者平行位，让母亲与婴儿的皮肤接触面积最大化。同时，用衣服或毯子将新生儿的背部盖住，避免着凉。母亲可用一只手托住新生儿的臀部，另一只手抚于新生儿的背部，放置新生儿滑落，确保新生儿的安全。在新生儿出生后的三天住院时间内，每天上午10:00~12:00、下午16:00~18:

00这两个时间段内进行皮肤接触，每次持续时间为1个小时。

1.3 观察指标

对比分析两组新生儿的睡眠时间及睡眠质量。详细记录新生儿出生后第三天、第三十天的睡眠时间。再根据黄雪梅等学者制定的相关新生儿睡眠质量评定标准进行等三天、三十天的睡眠质量评价。新生儿入睡快，睡眠时间维持在3~4小时，不容易被惊醒且醒后不哭闹，说明其睡眠治疗好；新生儿入睡比较困难，睡眠时间仅持续1~2小时，容易被惊醒且醒后会哭闹严重，说明其睡眠质量差；睡眠质量一般介于好与差之间。

1.4 统计学方法

数据采用SPSS19.0进行分析，计量采用独立样本t检验；计数资料用率(%)表示行卡方检验，检验标准a<0.05。

2 结果

2.1 出生后第三天、三十天的睡眠时间对比

观察组第三天的睡眠时间(18.88±2.23)h明显多于对照组(17.46±1.35)h，数据差异有统计学意义(P<0.05)；观察组第三十天的睡眠时间与对照组的差异不显著(P>0.05)，无统计学意义。见表1。

表1 出生后第三天、三十天的睡眠时间对比($\bar{x} \pm s$)

组别	第三天	第三十天
观察组(n=100)	18.88±2.23	16.89±1.45
对照组(n=100)	17.46±1.35	16.75±1.38
t	5.447	0.699
P	0.000	0.485

2.2 出生后第三天、三十天的睡眠质量对比

观察组第三天的睡眠质量明显优于对照组，数据差异有统计学意义(P<0.05)；观察组第三十天的睡眠质量与对照组的差异不显著(P>0.05)，无统计学意义。见表2。

表2 出生后第三天、三十天的睡眠质量对比[n(%)]

组别	n	第三天			第三十天		
		好	一般	差	好	一般	差
观察组	100	45(45.00)	38(38.00)	17(17.00)	50(50.00)	35(35.00)	15(15.00)
对照组	100	29(29.00)	39(39.00)	32(32.00)	49(49.00)	33(33.00)	18(18.00)
X ²		5.491	0.021	6.081	0.020	0.089	0.326
P		0.019	0.884	0.013	0.887	0.765	0.567

3 讨论

新生儿期是指新生儿进入睡眠模式和昼夜节律的重要时期。新生儿的睡眠时间占领了一天的70%~80%，深度睡眠有助于新生儿大脑发育、神经系统突触形成，帮助新生减少热量消耗，保存体温，促进其更好地成长发育[2]。如果新生儿出现了睡眠问题，会影响其生长激素分泌，不利于其生长发育。袋鼠式护理能够为新生儿提供一个安全、温暖且舒适的睡眠环境，新生儿可清晰地听到母亲的心跳声，感受到母亲的温暖与爱护，有助于新生儿获得足够的安全感快速入睡，更好地维持睡眠系统平衡[3]。

本研究表明，观察组采用袋鼠式护理配合婴儿抚触，对照组采用常规产科护理。观察组新生儿在出生后第三天的睡眠时间、睡眠质量明显优于对照组(P<0.05)，差异有统计学意义；观察组第三十天的睡眠时间、睡眠质量与对照组的差异不显著(P>0.05)，无统计学意义。说明袋鼠式护理配合婴儿抚触能够有效改善新生儿的睡眠质量，帮助新生儿快速进入深度睡眠。许多研究报道显示，袋鼠式护理是以种十分安全有效的护理模式，能够在不影响新生儿心率、血氧饱和度

的前提下，帮助新生儿快速进入深度睡眠，有利于新生儿大脑生长发育[4]。但在实施之前一定要做好新生儿评估，并在其母亲的知情同意下施行此护理方法。

综上所述，袋鼠式护理能够有效改善新生儿的睡眠质量，增加其睡眠时间，护理效果显著，值得推广。

参考文献

- [1]杜小群,李广洪,高润虹.抚触配合袋鼠式护理对缺氧相关性肺动脉高压新生儿神经行为发育的影响[J].护理实践与研究,2016,13(20):62-64.
- [2]马惠荣,马自萍,李胜玲.袋鼠式护理对新生儿睡眠的影响[J].宁夏医科大学学报,2013,35(12):1374-1376.
- [3]盖丽,姜红,范玲.袋鼠式护理的研究进展[J].护理管理杂志,2017,17(10):736-738.
- [4]黄亮.抚触对剖宫产婴儿生长发育和睡眠质量的影响[J].中国药物经济学,2017,12(3):91-93.