

CCU 患者睡眠质量及影响因素的调查研究及护理建议

董 妍

武汉亚洲心脏病医院 湖北武汉 430022

【摘要】目的 分析CCU患者睡眠质量及影响因素的调查研究及护理建议。**方法** 选取我院2018年3月~2019年9月期间收治的CCU患者106例作为研究对象,分析CCU患者睡眠质量以及相关影响因素,制定相应的护理干预措施。**结果** 106例CCU患者有61例患者合并不同程度的睡眠障碍,SRSS评分、各个项目评分均高于国内常模,对比数据有差异则表示统计学有意义($P < 0.05$)。患者的性别、年龄、是否使用医保、吸烟状况、焦虑情绪、夜间氧疗等因素都是对CCU患者睡眠质量造成影响的因素,采取有效护理后患者的睡眠障碍明显降低, $P < 0.05$ 表示具有统计学意义。**结论** CCU患者的睡眠质量比较差,因此需要根据患者的临床症状、影响因素等制定合理的护理方案,提高患者的睡眠质量,降低睡眠障碍,有利于促进患者疾病治疗和病情的康复,促进患者预后。

【关键词】CCU患者;睡眠质量;影响因素;护理建议**【中图分类号】**R473.5**【文献标识码】**A**【文章编号】**1672-0415(2019)11-140-02

睡眠对人的精神、机体健康都有极大的影响,是维持人精神和机体健康的主要手段,保证睡眠质量能够提高患者的治疗效果,降低不良反应的发病率,改善预后。患者面对繁琐的诊治和护理流程,护理人员也要保持良好的护理态度,采取针对性的护理方案,提高自身专业技能,有助于快速了解影响患者睡眠质量的相关因素,找到根源才能对症处理,帮助患者降低睡眠障碍,改善预后。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取我院2018年3月~2019年9月期间收治的CCU患者106例作为研究对象,分析CCU患者睡眠质量以及相关影响因素,106例患者中有男性58例,女性48例,患者平均年龄为 (52.4 ± 11.3) 岁,患者平均住院时间为 (2.05 ± 1.03) 月,其中有冠心病患者33例,高血压患者有41例,糖尿病患者有22例,甲亢10例。

1.2 方法

首先调查患者的一般资料。了解患者的性别、年龄、受教育程度、医疗费用、婚姻状况、宗教信仰等,同时了解患者是否存在饮酒、吸烟等不良习惯,记录患者在住院期间的夜间氧疗情况,采用焦虑自评量表评估患者的焦虑水平,评分越高表示焦虑情绪越严重。采用睡眠自评量表评估患者入院时、住院时的睡眠质量,评分越高表示睡眠质量越差^[1]。其次,

根据患者睡眠质量影响因素制定护理方案。第一,认知护理。通过手册、画报、微信公众号等方式进行睡眠重要性的健康宣教,向患者讲解CCU护理中的流程和注意事项,告知患者影响睡眠质量的各项因素,指导患者可通过音乐、放松锻炼等方式转移注意力,改善睡眠,不利于睡眠的药物要禁止服用。第二,心理护理。护理人员要评估患者的心理状态,分析患者影响睡眠情况的不良情绪,还要根据性别、年龄、文化程度、家庭经济条件等因素评估患者的心理状态,采取针对性心理护理,让患者能够保持积极、乐观的心态^[2]。第三,环境护理。护理人员要积极的改善病房住院环境,从而提高提高患者的睡眠质量,保持病房光线、温度适宜,营造一个舒适的睡眠环境,提高患者生活作息的健康宣教,让患者按时睡觉,夜间要注意保持安静,医护人员要把治疗和护理手段放在日间完成,不可打扰患者的睡眠。第四,生活习惯护理。护理人员要指导患者养成良好的生活习惯,避免晚睡、久睡的情况,制定睡眠周表,要按照计划进行身体锻炼,按时睡眠,不可饮茶、含有咖啡因的饮料等。

1.3 统计学方法

本文数据采用SPSS21.0统计学软件分析,计量资料均采用t检验,用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示。本文研究结果对比具有差异则表示统计学有意义。

2 结果

表1:分析影响CCU患者睡眠质量的影响因素

影响因素	例数	合并睡眠障碍	无睡眠障碍	P
性别				
男性	58	32	26	< 0.05
女性	48	30	18	
年龄				
60岁以上	41	30	11	< 0.05
60岁以下	65	45	20	
文化程度				
高中以上	84	63	21	< 0.05
高中以下	22	12	10	
婚姻				
已婚	80	62	18	< 0.05
未婚或离异	26	15	11	
付费方式				
自费	38	21	17	< 0.05
公费或医保	68	39	27	
吸烟				
是	51	30	21	< 0.05
否	55	38	17	
SAS 评分		51.82 ± 4.26	45.36 ± 3.39	< 0.05

患者的性别、年龄、是否使用医保、吸烟状况、焦虑情绪、夜间氧疗等因素都是对CCU患者睡眠质量造成影响的因素,

采取有效护理后患者的睡眠障碍明显降低, $P < 0.05$ 表示具有统计学意义。
(下转第143页)

护理前,轻度肥胖、中度肥胖、重度肥胖者比例明显低于护理前($P < 0.05$),见表1。

3 讨论

青少年单纯型肥胖症主要指除了肿瘤影响以及激素异常、遗传等以外的肥胖,即因为过度饮食,缺乏运动而造成的一种单纯性的肥胖症,这是一种慢性代谢性疾病^[5]。单纯性肥胖症的人一般全身脂肪的分布比较均匀,这种人减肥比较困难,但只要在医生的指导下做好护理工作,健康饮食并合理锻炼,都会收获良好的效果。

本研究对所选80例单纯性肥胖症青少年实施对应的护理干预,护理内容涉及健康教育、心理、饮食、运动、用药等多方面,通过护理,青少年体重均在原来的基础上有所改善,病情有所减轻。健康教育主要针对患者家长,只有家长懂得肥胖症的相关知识,并有了正确的理解和认识,才能更好的照顾好患者,并帮助其在医生的指导下成功减掉体重。饮食在患者减肥过程中比较重要,必须要合理地加以控制,控制好饮食,减肥将事半功倍,因此家长必须重视孩子的饮食结构调整。运动也是减肥所必须的事项,适当的锻炼可以减掉身体脂肪和热量,因此,家长要鼓励患者多参与运动锻炼,并长期坚持。心理护理主要是对患者实施心理引导,使其消除肥胖症带来的自卑感,并正确认识疾病,这对于患者后期的治疗具有积极影响。药物减肥是一种常用的减肥方法,但是如何用药必须严格按照医嘱进行,家属需要监督孩子正常

服药,并随时观察服药效果。最后需要对患者的体重进行监测,定期测量患者体重,看经过一段时间的治疗护理后,患者体重是否有相应改善。在本研究中,护理后青少年体重正常者比例明显高于护理前,轻度肥胖、中度肥胖、重度肥胖者比例明显低于护理前($P < 0.05$),这说明有效的护理干预对患者的体重控制具有一定的效果。

综合上文,对单纯型肥胖症青少年实施对应的护理干预,在患者减肥过程中能够有效控制其体重,护理效果良好,此方法可推广。

参考文献

- [1] 王秋丽,朱冬梅.家庭护理干预对肥胖儿童代谢综合征的效果[J].国际医药卫生导报,2017,23(23):3789-3791.
- [2] 王丹,杨玲玲,李静,等.郑州地区小儿肥胖症患者生活质量调查分析[J].国际医药卫生导报,2019,25(1):99-101.
- [3] 李霞,乔兴莲,钟雪琳.整体护理用于内分泌失调型肥胖患者的临床效果及意义[J].现代医药卫生,2017,33(2):189-190.
- [4] 张辉,韩景刚.三维斑点追踪成像技术应用于单纯性肥胖症儿童对左室心肌重构的评估价值[J].国际医药卫生导报,2019,25(11):1791-1794.
- [5] 王娇.整体护理对内分泌失调型肥胖患者的临床意义[J].临床医药文献电子杂志,2017,24(61):11981-11981.

(上接第140页)

有统计学意义。见表1。

3 讨论

为CCU患者采取针对性的护理方案,提高自身专业技能,有助于快速了解影响患者睡眠质量的相关因素,找到根源才能对症处理,帮助患者降低睡眠障碍,改善预后。综上所述,CCU患者的睡眠质量比较差,因此需要根据患者的临床症状、影响

因素等制定合理的护理方案,提高患者的睡眠质量,降低睡眠障碍,有利于促进患者疾病治疗和病情的康复,促进患者预后。

参考文献

- [1] 华夏.CCU患者睡眠质量及影响因素的调查研究及护理建议[J].特别健康,2019,(14):173.
- [2] 施亚琴.香薰疗法对CCU危重患者睡眠质量和焦虑的影响[J].安徽卫生职业技术学院学报,2017,16(5):85-87.

(上接第141页)

等因素相关($P < 0.05$),见表1。对397例新生儿高胆红素血症患儿进行治疗及护理干预,患儿住院天数1-11d,平均住院天数(3.73 ± 0.87)d,其中89例(22.42%)非医嘱自行出院,308例(77.58%)患儿治疗好转出院。

3 讨论

新生儿高胆红素血症发病因素较多,如胎龄、出生体重、感染、溶血、头颅血肿、缺氧等在临床上多有报道^[2]。产钳助产使头面部淤血,致使红细胞破坏增多,胎粪排出延迟也可使黄疸加重。新生儿喂养母乳也是发生高胆红素血症的危险因素之一,20世纪后期美国自鼓励坚持母乳喂养后,明显可见高胆红素血症的发生增多^[3],其机制与热卡摄入减少、抑制肝脏胆红素排出及胆红素的肠肝循环增加等因素有关。开奶延迟,喂养次数少,使肠道蠕动减慢,胎便排除延迟,致使经肠道结合胆红素排泄减少,又因 β -葡萄糖醛苷酶增多,把结合胆红素分解为未结合胆红素,使胆红素的肠肝循环增加,肠道对胆红素重吸收增加,从而出现高胆红素血症。此外,也有研究显示^[4],母亲妊娠高血压、妊娠糖尿病等因素使肝酶的活性降低,肝脏对胆红素的处理能力降低,使血

胆红素升高也是高胆红素血症的发病病因之一。另外,高胆红素血症伴酸中毒、低体温、早产、低体重、低蛋白血症、低血糖等高危因素时易形成胆红素脑病,如有上述高危因素时应尽早干预。新生儿高胆红素血症要及时发现,尽早治疗,以降低死亡率和神经系统后遗症。在治疗时给予护理干预,能够帮助家长了解病情给予积极配合,同时让患儿处于舒适的身心条件下,提高患儿的治疗依从度,此外护理干预能够帮助患儿增强患者肠道的蠕动现象,加快胆红素的排出,有效缩短黄疸消退时间,提高疗效,对患儿后期的预后也可奠定一定的基础。

参考文献

- [1] 梁侠光.新生儿高胆红素血症护理相关因素分析及对策[J].医药前沿,2017,7(29):280-281.
- [2] 蒙艳青.新生儿高胆红素血症相关影响因素分析及护理对策[J].智慧健康,2018(5):71-73.
- [3] 潘李.新生儿高胆红素血症护理相关因素分析及对策[J].健康周刊,2017(20):38-39.
- [4] 徐翠红.新生儿发生高胆红素血症危险因素及护理对策[J].中国保健营养,2017,27(20):216-217.