

CCU 患者睡眠质量及影响因素的调查研究及护理建议

陈彩云

十堰市人民医院(湖北医药学院附属人民医院) 湖北十堰 442000

【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**【文献标识码】**A**【文章编号】**2095-9753(2020)03-123-01

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

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。见表 1。

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	

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.