

保护性睡眠联合抚触护理对新生儿高胆红素血症不适症状及睡眠时间的影响

徐冰静 张丽娟^{通讯作者}

滨海县人民医院儿科 江苏盐城 224500

〔摘要〕目的：探讨保护性睡眠联合抚触护理对新生儿高胆红素血症不适症状及睡眠时间的影响。方法：随机选取高胆红素血症新生儿 80 例，时间为：2022 年 1 月-2024 年 3 月，分组依据为抛币法，将新生患儿分为对照组和实验组，每组 40 例。对照组实施常规护理，实验组实施保护性睡眠联合抚触护理，对比不适症状与睡眠质量。结果：保护性睡眠联合抚触护理干预后，不适症状对比，分析得出实验组显著优于对照组 ($P < 0.05$)；睡眠质量对比，分析得出实验组显著优于对照组 ($P < 0.05$)。结论：保护性睡眠联合抚触护理干预能够显著改善高胆红素血症新生儿的不适症状与睡眠质量，具有重要的临床应用价值，值得推广。

〔关键词〕保护性睡眠联合抚触护理；新生儿高胆红素血症；不适症状及睡眠时间

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2024) 09-153-02

在新生儿护理中，高胆红素血症是一种常见的生理现象，表现为黄疸。大多数新生儿黄疸为生理性，但少部分病例发展为病理性高胆红素血症，可能导致神经系统损伤等严重后果^[1]。随着新生儿护理理念的发展，非药物干预措施逐渐受到重视，旨在提高新生儿的舒适度、改善护理效果并减少医疗干预的依赖。保护性睡眠护理是一种通过优化新生儿的睡眠环境，减少外界刺激、提供舒适感的方法，以确保新生儿获得充足的睡眠，从而促进其健康成长。抚触护理则通过温柔的触摸，缓解新生儿的不适症状，促进生理与心理的发育^[2]。现有研究表明，充足的睡眠对新生儿的生长发育至关重要，尤其在胆红素血症的治疗过程中，良好的睡眠有助于身体代谢胆红素。然而，目前关于保护性睡眠联合抚触护理对新生儿高胆红素血症的具体影响仍需进一步探讨。本文旨在探讨保护性睡眠联合抚触护理对患有高胆红素血症新生儿的不适症状和睡眠时间的影响，以为新生儿黄疸的非药物护理干预提供理论依据和实践指导。

1 资料方法

1.1 一般资料

选取 80 高胆红素血症新生儿例，时间为：2022 年 1 月-2024 年 3 月，分组依据为抛币法，对照组男 22 例，女 18 例，日龄范围 1-7 天，均值日龄 (3.56 ± 1.09) 岁，实验组男 23 例，女 17 例，日龄范围 1-7 天，均值日龄 (3.63 ± 1.01) 岁，对比一般资料 ($P > 0.05$)，可比。

1.2 方法

对照组新生儿实施常规护理，包括基本的卫生护理、喂养指导和日常监护。护理人员按照新生儿病房的标准操作流程进行操作，确保新生儿的基本生理需求得到满足。

实验组新生儿实施保护性睡眠联合抚触护理。保护性睡眠护理包括调整病房环境，如降低噪音水平、控制光线强度、保持适宜的温度和湿度，以及使用舒适的床垫和襁褓，以减少外界刺激。抚触护理则是在专业护理人员的指导下，每天对新生儿进行轻柔的触摸和按摩，以缓解其紧张情绪，促进其身心放松。

1.3 观察指标

对比不适症状；对比睡眠质量。

1.4 统计学分析

以 ($\bar{x} \pm s$) 表示连续性变量资料，行 t 检验；用 (n, %) 表示定性资料，行 χ^2 检验，由 SPSS25.0 统计学软件完成统计，结果为 $P < 0.05$ 时差异显著。

2 结果

2.1 不适症状

保护性睡眠联合抚触护理干预后两组不适症状对比，分析得出实验组显著优于对照组 ($P < 0.05$)，见表 1。

表 1 不适症状 (%)

组别	例数	皮损	呕吐	拒奶	发热	发生率
实验组	40	0 (0)	1 (2.50)	0 (0)	0 (0)	1 (2.50)
对照组	40	1 (2.50)	2 (5.00)	1 (2.50)	1 (2.50)	5 (12.50)
χ^2						3.954
P						0.048

2.2 生活质量

保护性睡眠联合抚触护理干预后两组睡眠质量对比，分析得出实验组显著优于对照组 ($P < 0.05$)，见表 2。

表 2 睡眠质量对比 (%)

组别	例数	优	良	差	优良率
实验组	40	31 (77.50)	9 (22.50)	0 (0)	40 (100.00)
对照组	40	28 (70.00)	8 (20.00)	4 (10.00)	36 (90.00)
χ^2					4.211
P					0.040

3 讨论

本研究旨在探讨保护性睡眠联合抚触护理对新生儿高胆红素血症不适症状及睡眠时间的影响。结果显示，实验组在干预后，不适症状显著减少，睡眠质量显著提高，均优于对照组，表明保护性睡眠联合抚触护理在缓解新生儿高胆红素血症相关不适、提高睡眠质量方面具有显著效果。以下对研究结果进行进一步的分析和讨论^[3]。新生儿高胆红素血症常伴随诸如呕吐、拒奶、发热等不适症状，可能是由于胆红素的积聚对新生儿的中枢神经系统产生刺激，从而引发这些不适表现。

(下转第 155 页)

本研究结果中可以发现, 针对性护理干预在急性肺栓塞溶栓治疗中发挥重要作用, 能够有效改善患者的负面情绪及一系列呼吸系统症状。这种干预的核心在于为患者提供个性化的照护策略, 从生理、心理、社会和教育等多个层面进行全方位管理。首先, 从心理层面来看, 急性肺栓塞患者由于突发呼吸困难和对生命危险的恐惧, 往往面临严重的心理压力和焦虑。这种负面情绪如果不及时缓解, 会影响治疗依从性和疾病恢复。通过有针对性的心理护理, 护士可以建立起患者的安全感和信任感, 帮助他们理解病情, 增强战胜疾病的信心。这种心理支持提高了患者的情绪稳定性, 在一定程度上减少了由焦虑引发的胸闷和憋喘症状。其次, 生理干预措施直接针对患者的症状而设计, 有助于改善如咳嗽、咳痰等问题。翻身、拍背等护理技巧可有效帮助患者排痰, 保持呼吸道通畅; 氧疗及气道管理则提供充足氧气, 缓解缺氧引起的呼吸困难。此外, 对患者进行规律的呼吸锻炼指导, 包括腹式呼吸和缩唇呼吸练习, 可以增强肺部功能, 提高通气效率, 从而减轻胸闷和气短的症状。这些护理措施不仅有助于改善当前症状, 还能促进肺功能的恢复。在这些基本护理操作之外, 针对性护理还强调教育的重要性。通过健康教育, 护士帮助患者理解不良生活方式与疾病发展的关系, 指导他

们在日常生活中进行必要的调整, 比如戒烟限酒、适当锻炼。同时, 还应指导患者及其家属认识急性肺栓塞的预警症状, 确保在紧急情况下能够及时应对和就医。通过环境管理, 护理团队可以创造一个安心、舒适的治疗环境。良好的病房环境能够降低患者的心理负担, 使他们能够更专注于康复过程。此外, 利用舒适的病房环境和便捷的设施, 有助于减轻因住院带来的陌生感和孤独感。

综上所述, 针对性护理干预不仅能有效降低急性肺栓塞患者的负面情绪, 还在改善呼吸相关症状方面显示出了显著的成效。这种综合性护理通过促进患者的生理状态和心理平衡, 提高了整体治疗效果。

[参考文献]

- [1] 张莹英, 王雯. 责任制护理干预在急性肺栓塞溶栓治疗护理中的应用及对血小板等指标的影响 [J]. 血栓与止血学, 2022, 28(3):1031-1032.
- [2] 董春婷, 郑素虹. 急性肺栓塞患者溶栓抗凝治疗的临床疗效观察及护理方法探讨 [J]. 科技与健康, 2024, 3(4):77-80.
- [3] 王雅君. 心理护理联合对症护理干预对急性肺栓塞患者溶栓护理效果的影响 [J]. 医学信息, 2024, 37(7):148-151.

(上接第 152 页)

进^[2]。在循证护理干预下, 患者因病症压力较大引发的抑郁、焦虑情绪得到有效改善。相较于常规护理, 循证护理充分结合了患者实际, 而给出针对性的护理干预。肾病综合征患者发病期间, 循证护理会加强饮水干预, 评价患者日常营养元素摄入是否得当^[3]。循证护理是“人文关怀主义”的护理服务, 对患者生活质量关注度较高, 在护理人员精心服务下, 患者的日常运动量得到合理调整, 对患者肢体功能恢复有所促进^[4]。面对存在不良心理状态的患者, 可以定期组织活动避免患者长时间一个人处在一个空间, 能够培养患者积极心态, 对临床疗效有所保障。本研究对比两组护理效果, 研究组护理总有效率高于对照组, $P < 0.05$; 两组患者不良情绪评分, 研究组不良情绪改善与对照组相比更优, $P < 0.05$ 。

综上所述, 肾病综合征患者护理干预期间循证护理的干预有助于临床护理效果的保障, 对患者不良情绪改善有重要促进价值。

[参考文献]

- [1] 李兴梅, 张俊玲, 刘青, 等. 循证护理在肾病综合征健康教育中的应用 [J]. 云南医药, 2022, 43(5): 90-92.
- [2] 蒋飞, 吕颖, 王硕. 循证护理对肾病综合征患者生活质量及护理满意度的影响 [J]. 中外女性健康研究, 2023(7): 168-169.
- [3] 李洋. 循证护理在肾病综合征护理中的应用效果观察 [J]. 医学食疗与健康, 2024, 20(9): 110-113.
- [4] 周莹. 循证支持下针对性护理在肾病综合征患者中的价值分析 [J]. 基层医学论坛, 2022, 26(21): 28-30.

(上接第 153 页)

本研究结果显示, 实验组新生儿在接受保护性睡眠联合抚触护理干预后, 不适症状发生率明显低于对照组, 这表明该护理干预有效减轻了新生儿的身体不适。

保护性睡眠护理通过优化新生儿的睡眠环境, 减少外界不利刺激如噪音、强光等, 避免了新生儿因外界刺激而产生的烦躁和哭闹。抚触护理则通过温和的触摸和按摩, 起到了舒缓新生儿神经系统的作用, 增加了其安全感, 降低了呕吐、拒奶等应激反应^[4]。这种双重护理方式在改善新生儿的舒适度、稳定情绪方面发挥了重要作用。睡眠对新生儿的健康发育极为关键, 尤其是在高胆红素血症患儿的恢复过程中, 充足的睡眠有助于胆红素的代谢和排出^[5]。本研究结果显示, 实验组新生儿的优良睡眠率为 100%, 明显高于对照组的 90%, 差异具有统计学意义。这表明, 保护性睡眠联合抚触护理显著提升了新生儿的睡眠质量。

综上所述, 保护性睡眠联合抚触护理作为一种非药物的护理干预措施, 安全性高且操作简便, 适合在新生儿病房中广泛推广应用。尤其对于高胆红素血症的新生儿, 该护理方

案不仅能够有效缓解病理性黄疸引起的不适, 还能通过改善睡眠质量, 促进患儿的健康恢复。

[参考文献]

- [1] 张瑾, 方琴, 辛红娟. 保护性睡眠联合抚触护理对新生儿高胆红素血症不适症状及睡眠时间的影响 [J]. 医学信息, 2024, 37(18):178-181.
- [2] 张维. 抚触护理对高胆红素血症新生儿发育情况及不良事件的影响 [J]. 基层医学论坛, 2024, 28(15):108-110.
- [3] 茆晶晶, 杨廷廷, 周慧慧. 舒适护理结合保护性睡眠护理在高胆红素血症患儿中的应用效果 [J]. 中西医结合护理(中英文), 2024, 10(03):13-16.
- [4] 杨廷廷, 周慧慧, 茆晶晶. 抚触结合舒适护理在高胆红素血症新生儿护理中的应用 [J]. 中西医结合护理(中英文), 2024, 10(01):70-72.
- [5] 陈丽燕, 卢文珍. 保护性睡眠护理对新生儿高胆红素血症不适症状及睡眠时间的影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9(10):1854-1856.