

心外科患者术后失眠原因与护理干预效果分析

欧杨文倩

云南省第一人民医院心外科 650000

【摘要】目的 探讨心外科患者术后失眠原因与护理干预效果。**方法** 通过本院 118 例心外科失眠患者为研究对象, 随机分为常规组与干预组, 每组均为 59 例, 常规组运用常规护理, 干预组采用针对性护理干预, 分析各组操作后患者睡眠质量与患者护理满意度。**结果** 在术后睡眠质量各项指标评分上, 干预组各项明显低于常规组, 差异有统计学意义 ($p<0.05$); 在患者总护理满意率上, 干预组 96.61%, 常规组 77.97%, 差异有统计学意义 ($p<0.05$)。**结论** 心外科患者术后失眠情况多见, 针对性护理干预可以有助于睡眠质量的改善, 提升患者护理满意度, 整体状况更为理想。

【关键词】 心外科; 术后失眠; 原因; 护理干预; 效果

【中图分类号】 R473.6

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2020) 05-135-02

失眠属于心外科较为常见的术后并发症问题之一, 患者会出现睡眠障碍, 无法满足机体精力与体力的恢复。手术本身的创伤性与术后疼痛不适感等都会影响睡眠质量, 甚至很多人本身就存在睡眠障碍, 进而导致问题的严重化。本文通过本院 118 例心外科失眠患者为研究对象, 分析运用护理干预后患者睡眠质量与患者护理满意度, 内容如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

通过本院 118 例心外科失眠患者为研究对象, 随机分为常规组与干预组, 每组均为 59 例。常规组中, 男 34 例, 女 25 例; 年龄从 18 岁至 71 岁, 平均 (42.57 ± 5.62) 岁; 干预组中, 男 31 例, 女 28 例; 年龄从 18 岁至 74 岁, 平均 (44.16 ± 3.83) 岁; 两组患者的基本年龄、性别与病情等信息方面不存在明显差异, 有对比研究意义。

1.2 方法

常规组运用常规护理, 干预组采用针对性护理干预, 细节如下:

1.2.1 失眠原因分析

一般情况下, 要针对患者的疾病情况做好信息采集, 其中最为重要的是了解其失眠的原因。原因方面可能是个人情绪心理上的担忧与压力, 存在思想包袱, 容易导致睡眠障碍^[1]。其次, 术后的伤口疼痛或者其它身体不适感会影响睡眠质量。尤其是患者在术后 24h 范围内会最为突出。除了切口疼痛外, 会因为引流管与导尿管的刺激导致不适感。其三, 也会因为环境方面的陌生感, 声音、温度、湿度、采光各方面的刺激导致失眠^[2]。这些环境因素甚至包括其他患者与医护人员操作声响刺激。除了常规的失眠原因, 还需要了解患者的生活习惯、喜好等, 由此来更好的保证护理方案得以配合与执行, 提升最终效果。

1.2.2 改善对策

首先, 要做好患者心理建设, 要注重心理疏导来促使其心理层面的松弛, 避免紧张焦虑^[3]。可以多沟通, 互动了解患者的同时可以让其达到心理层面的松懈。沟通本身是减少压力的一种方式, 避免患者将压力郁结在心中。可以提供多种转移注意力的方法, 避免过多的关注失眠问题, 让其意识到可以有镇静药物辅助睡眠, 提供生活方面的安眠食物与活动的指导。要进行必要的放松训练、音乐疗法等, 促使其身心的松弛。也可以进行按摩放松, 提升身心体感的舒适感。其次,

日间适宜的做好活动锻炼, 保持一定的体力劳动量, 有助于睡眠质量的提升。其三, 保持良好的环境优化。保持温度在 24°C 左右与 55% 左右湿度的体感舒适度。夜间要保持地灯使用, 避免对其构成光刺激。甚至要注重室内整洁度, 保持柔和色调, 适宜的放置植物, 提升视觉的舒适感。合理的控制病房人数, 避免人员够导致的环境嘈杂混乱。要做好患者探视时间的管理, 避免对休息构成干扰。要及时疏解过于密集的探访人群, 保持舒适的环境。其四, 要合理用药。镇静催眠等药物可以有效的助眠, 但是也有药物副作用。要做好合理用量, 避免超量使用。要让患者意识到合理的使用可以提升舒适感, 同时控制不良反应。做好指导, 提升治疗依从性。其五, 要优化健康教育工作。患者需要引导与讲解, 对自身的问题有客观正向的认识, 避免身心压力导致的失眠。要做好认知层面的优化, 减少错误认识行为的干扰。

1.3 评估观察

分析各组操作后患者睡眠质量与患者护理满意度。睡眠质量主要观察其 PSQI 匹兹堡睡眠质量情况, 评分越低情况越好。内容包括习惯性睡眠效率、睡眠持续性、睡眠潜伏期、主观睡眠质量。满意度分为很满意、基本满意与不满意等问卷评估, 其中很满意与基本满意的患者比例和为各组的总满意度。

1.4 统计学分析

整理护理数据采用 spss19.0 分析, 计量采用 t 检验, 计数运用卡方检验, $p<0.05$ 有统计学意义。

2 结果

2.1 各组术后睡眠质量评估情况

见表 1, 在术后睡眠质量各项指标评分上, 干预组各项明显低于常规组, 差异有统计学意义 ($p<0.05$)。

表 1: 各组术后睡眠质量评估结果 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	习惯性睡眠效率	主观睡眠质量	睡眠潜伏期	睡眠持续性
干预组	0.5 ± 0.4	1.1 ± 0.8	1.1 ± 0.6	0.6 ± 0.5
常规组	1.3 ± 0.7	1.7 ± 0.9	1.7 ± 0.8	1.6 ± 1.1

注: 两组对比, $p<0.05$

2.2 各组患者护理满意度情况

见表 2, 干预组患者总满意度为 96.61%, 常规组为 77.97%, 差异有统计学意义 ($p<0.05$)。

(下转第 139 页)

的提升了患者护理满意度,因而得到了很多患者认可,故而能够在临床推广。

本研究结果显示,在选定的两组患者管理中,由于采取的护理方法不同,因而使得患者最终的管理效果出现了显著的差异。实验组患者整体管理效果要好于对照组,患者管理工作实施的质量控制较好,各项指标改善效果显著,因而能够满足患者的自身管理需求。首先,在患者管理满意度对比中得出,实验组患者护理满意度明显好于对照组,组内患者护理总满意度为 96.15%,与对照组患者护理总满意度 72.00%相比明显高了很多。其次,在患者护理危险发生率对比中得出,实验组患者护理危险发生率显著低于对照组。组内患者护理危险发生率为 3.85%,而对照组患者护理组内危险发生率为 28.00%,二者在数据对比上也具有明显的差异。综上所述,在当前临床医学发展中对重症监护室管理的要求越来越高,临床管理工作实施中需要采取的护理方案要求也越来越高。通过风险管理模式构建,能够有针对性的为重症监护室管理风险评估奠定基础,降低了科室管理风险及难度,为科室患者管理的质量提升奠定了基础。因而在未来临床研究中,可

以将风险管理与重症监护室患者管理结合,从而提高科室管理质量,为患者自身管理的水平提升奠定基础。

参考文献:

- [1] 潘伟琴.重症监护室实施风险管理对提高护理服务质量与患者满意度的作用[J].中医药管理杂志,2018,26(009):98-100.
- [2] 曾梅英.护理风险管理用于重症监护室的效果观察[J].基层医学论坛,2019,23(018):2596-2597.
- [3] 邓琼琼,肖娟,夏元元,等.风险管理应用于重症监护室护理中的效果观察[J].当代护士(专科版),2019,26(009):161-163.
- [4] 李玉平,潘巧玲,柯博熙.护理风险管理在急诊患者安全管理中的实施效果观察[J].中国基层医药,2019,26(22):2803-2805.
- [5] 张利.重症监护室开展护理风险管理的措施与意义[J].母婴世界,2019,25(18):102-103.
- [6] 胡自稳.浅论重症监护室护理管理中护理风险管理的运用价值[J].健康大视野,2019,12(015):278.

(上接第 135 页)

表 2: 各组患者护理满意度结果 [n(%)]

分组	很满意	基本满意	不满意	总满意率
干预组 (n=59)	35(59.32)	22(37.29)	2(3.39)	96.61%
常规组 (n=59)	19(32.20)	27(45.76)	13(22.03)	77.97%

注: 两组对比, $p < 0.05$

3 讨论

心外科护理工作需要考虑个人情况,在操作中护理人员容易盲目的执行一个标准与方法,忽视了个体情况的差异性。甚至缺乏培养观察判断与灵活处理的意识与机会,要做好个人专业技术、沟通能力各方面的引导。要做好患者身心各方面的建设,甚至要调动家属与陪护人员的配合,减少治疗护

理工作压力感。要充分的提升社会支持来促使患者有更好的疾病治疗恢复环境,提升生活的舒适度、满意度,减少压力感。

总而言之,心外科患者术后失眠情况多见,针对性护理干预可以帮助于睡眠质量的改善,提升患者护理满意度,整体状况更为理想。

参考文献:

- [1] 李海霞.老年失眠患者的中医内科护理干预效果探讨[J].中国保健营养,2019,29(34):181.
- [2] 李芳芳.心内科住院失眠患者护理干预的临床研究[J].养生保健指南,2019,(47):5.
- [3] 罗菲菲.心血管内科住院患者失眠症状的护理干预探究[J].养生保健指南,2019,(43):76.

(上接第 136 页)

自身实现一对一有针对性的护理服务,且护理人员仅单一的关注患者的病况,忽略患者的心理需求以及细节性护理,进而容易造成护理隐患^[5]。因此,在选择有效治疗方案的同时更好选择适宜的护理干预方式,结合本研究表明,给予慢性胃溃疡患者采用针对性护理干预可有效提高护理满意度,实验组患者护理满意度为 94.7% 相对于参照组的 78.9% 有明显的提升,差异显著 ($P < 0.05$)。

综上所述,在临床治疗慢性胃溃疡过程中,给予慢性胃溃疡患者针对性护理干预能有效改善患者生活质量,提高患者护理满意度,减少患者复发率,价值显著,值得推广。

参考文献:

- [1] 曹莉.针对性护理对重症消化性溃疡患者负性情绪及生活质量的影响[J].当代护士(中旬刊),2020,27(04):23-25.
- [2] 张玉.针对性护理应用于慢性胃溃疡患者护理服务中的实际效果分析[J].心理月刊,2020,15(05):145.
- [3] 何汉红,程燕玲,陈翠花.针对性护理干预对慢性胃溃疡合并高血压患者的疗效及对 SF-36 指数的影响[J].中外医学研究,2020,18(02):73-75.
- [4] 徐雯璐.针对性护理对慢性胃溃疡患者痊愈进程及护理满意度的分析[J].科技风,2019(35):226.
- [5] 乔峰.常规流程对慢性胃溃疡患者临床护理的效果及对护理满意度的影响[J].首都食品与医药,2019,26(15):146-147.

(上接第 137 页)

者的顾虑,从而使其能更有信心的面对手术,保证了手术的顺利进行^[3]。

综上所述,在行妇科手术的患者中施以认知行为护理干预,可有效减少下肢深静脉血栓形成的发生,并能有效提高患者的护理满意度。

参考文献:

- [1] 黄佳.护理干预脊柱手术后下肢深静脉血栓形成的效果[J].当代医学,2017,23(30):155-156.
- [2] 陆金华.护理干预对妇科手术后下肢深静脉血栓发生率的影响[J].临床医药文献电子杂志,2014,1(11):1995.
- [3] 陈祥青,于海峰,邢乃姣.护理干预在预防妇产科手术后下肢深静脉血栓形成中的应用[J].齐鲁护理杂志,2013,19(16):85-87.