

优质护理等方法在感染科老年肝病睡眠障碍患者中的应用效果

高雅琼, 吴茜*

中日友好医院 北京, 100029

摘要 : 目的: 探讨优质护理等方法在感染科老年肝病睡眠障碍患者中的应用效果。方法: 选取2022年6月至2023年5月在我院感染科住院的80例老年肝病睡眠障碍患者作为研究对象, 按照随机数字表法将其分为对照组(n=40)和观察组(n=40)。对照组采用常规护理干预, 观察组在对照组基础上实施优质护理干预, 对比两组患者干预前后的睡眠质量评分、生活质量评分。结果: 观察组患者的睡眠质量为(6.91±1.42)分, 对照组患者的睡眠质量为(5.81±1.91)分, 观察组患者的睡眠质量明显优于对照组, 两组之间比较差异有统计学意义(P<0.05); 观察组的生活质量包括躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式、心理健康评分分别为14.91±2.42、16.91±1.42、15.87±1.36、16.21±1.44、15.98±1.41、16.36±1.87, 明显高于对照组躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式、心理健康评分12.81±2.91、13.81±1.91、12.41±1.25、13.99±1.55、12.41±1.69、12.66±1.47, 两组比较差异具有统计学意义(P<0.05)。结论: 采用优质护理干预后能够改善老年肝病合并睡眠障碍的患者的睡眠质量和生活质量, 增强护理效果, 促进患者的康复。

关键词 : 优质护理; 感染科; 老年肝病睡眠障碍; 应用效果

Application Effect of High-quality Nursing and Other Methods in Elderly Patients with Sleep Disorders of Liver Disease in Infectious Department

Gao Yaqiong, Wu Qian*

China-Japan Friendship Hospital, Beijing 100029

Abstract : Objective: To explore the application effect of quality nursing and other methods in elderly patients with sleep disorders of liver disease in the Department of Infection. Methods: Eighty cases of elderly patients with sleep disorders of liver disease who were hospitalized in the Department of Infection of our hospital from June 2022 to May 2023 were selected as the study subjects, and were divided into the control group (n=40) and the observation group (n=40) according to the method of randomized numerical table. The control group used conventional nursing interventions, and the observation group implemented quality nursing interventions on the basis of the control group. The sleep quality scores and quality of life scores of the two groups were compared before and after the intervention. Results: The sleep quality of the patients in the observation group was (6.91±1.42) points, and the sleep quality of the patients in the control group was (5.81±1.91) points. The sleep quality of the patients in the observation group was significantly better than that of the control group, and the difference was statistically significant when comparing the two groups (P<0.05); The quality of life of the observation group, including physical health, emotional health, social function, cognitive function, coping style and mental health scores, were 14.91±2.42, 16.91±1.42, 15.87±1.36, 16.21±1.44, 15.98±1.41, 16.36±1.87, respectively. In the control group, the scores of physical health, emotional health, social function, cognitive function, coping style and mental health were 12.81±2.91, 13.81±1.91, 12.41±1.25, 13.99±1.55, 12.41±1.69 and 12.66±1.47, respectively. The score of observation group was significantly higher than that of control group. The difference between the two groups was statistically significant (P<0.05). Conclusion: The use of quality nursing intervention can improve the quality of sleep and quality of life of elderly patients with liver disease combined with sleep disorders, enhance the effect of nursing care, and promote the recovery of patients.

Key words : quality nursing; infection department; elderly liver disease sleep disorder; application effect

通讯作者: 姓名吴茜, 出生年月1986.06, 性别女, 民族汉, 籍贯北京, 职称主管护师, 研究方向感染, 邮箱565416978@qq.com

老年肝病患者合并睡眠障碍的发生率较高，对睡眠质量和患者的生活质量都有影响，如果不能得到及时的治疗，可能会引发多种并发症。睡眠障碍的发生和老年肝病患者合并存在多种基础疾病有关，且临床表现多样^[1]。在进行临床护理时，需要根据不同患者的具体情况给予个性化护理。优质护理指的是以患者为中心，以提高患者生活质量为目的的护理方式，有利于提高患者的生活质量^[2]。本次研究通过对老年肝病合并睡眠障碍的患者实施优质护理干预后，结果显示，采用优质护理干预能够有效改善老年肝病患者的睡眠质量和生活质量。具体报告如下。

一、资料与方法

(一) 一般资料

选取2022年6月至2023年5月在我院感染科住院的80例老年肝病睡眠障碍患者作为研究对象，按照随机数字表法将其分为对照组(n=40)和观察组(n=40)。对照组中男22例，女18例，年龄66-75岁，平均年龄(68.61±4.52)岁；观察组中男25例，女15例，年龄60-79岁，平均年龄(67.44±4.41)岁。所有患者均符合《中国慢性肝病临床实践指南》中关于老年肝病的诊断标准。排除合并有精神疾病、肿瘤、严重的心血管疾病以及其他器官系统疾病的患者。对照组中共有12例患者存在睡眠障碍，其中男性8例，女性4例；平均年龄(70.3±5.4)岁；观察组中共有14例患者存在睡眠障碍，其中男性12例，女性4例。两组患者在年龄、性别以及病情等一般资料上比较差异无统计学意义(P>0.05)，具有可比性。

纳入标准：年龄≥60岁的感染科老年肝病患者；诊断为肝病且伴随睡眠障碍；同意参与研究并签署知情同意书。

排除标准：存在严重的认知障碍或精神疾病，无法配合研究；存在其他严重的躯体疾病，可能干扰研究结果；无法提供完整的临床资料或无法保持联系。

(二) 方法

对照组采用常规护理干预，观察组在对照组基础上实施优质护理干预：(1)在感染科老年肝病睡眠障碍患者中，评估患者的状况包括了解患者的肝病程度、睡眠障碍类型、生活习惯、认知情况、心理状态和家庭支持等，通过评估，可以全面了解患者的需求，为制定个性化的护理计划提供依据。(2)心理护理干预在感染科老年肝病睡眠障碍患者的护理中具有重要意义。由于疾病带来的痛苦和心理压力，患者容易出现焦虑、抑郁等情绪问题，进而影响睡眠质量。护理人员应关注患者的心理状态，与患者建立良好的沟通关系，倾听他们的诉求，给予理解和关爱。同时，通过心理疏导和支持，帮助患者树立积极的心态，提高应对疾病的能力。(3)护理人员应关注病房的清洁、卫生和舒适度，确保空气流通、温度适宜、光线柔和等环境因素的适宜性^[4]。此外，降低噪音、减少光线的刺激也是改善患者睡眠质量的关键。可以通过安装隔音设施、调整灯光亮度等措施来创造一个安静、舒适的睡眠环境。(4)对于疼痛的护理，护理人员应密切观察患者的疼痛程度和规律，及时记录并向医生汇报。在医生的指导下，可以采用适当的非药物或药物方法来缓解疼痛，如冷敷、热敷、按摩等非药物方法，以及使用止痛药等药物治疗方法。同时，通过与患者交流，帮助他们掌握疼痛管理的技巧和方法，提高自我管理的能力。(5)护理人员应向患者传授睡眠卫生知识，帮助他们建立良

好的睡眠习惯和睡前仪式。指导患者避免过度疲劳和兴奋，保持适当的运动量，合理安排作息时间，尽量减少夜间唤醒的次数等。此外，还可以通过认知行为疗法等方法来纠正不良的睡眠习惯和观念，提高患者的睡眠质量。(6)护理人员应全面了解患者的肝病状况和治疗方案，遵医嘱进行治疗和护理。在护理过程中，关注患者的病情变化和自身认知情况，提供必要的健康教育和指导^[5]。同时，与医生保持密切沟通，及时调整治疗方案和护理计划，确保患者的基础疾病得到有效控制和管理。(7)协助医生制定合理的用药方案，确保患者按时服药。同时，向患者及家属讲解药物的名称、作用、用法用量以及注意事项等信息。在用药过程中，密切观察患者的反应和病情变化，及时发现和处理不良反应和并发症。加强与医生的沟通协作，确保药物使用的安全性和有效性。(8)通过建立完整的监测记录制度，护理人员能够及时发现和处理患者的异常状况。密切观察患者的生命体征、症状变化等指标的变化情况

(三) 观察指标

对比两组患者干预前后的睡眠质量评分、生活质量评分。采用睡眠质量量表(SF-36)对两组患者进行评分，主要包括入睡时间、觉醒时间、夜间醒转次数、日间活动量等方面。其中，入睡时间为患者入睡前30min，觉醒时间为患者觉醒时，夜间醒转次数为患者夜间醒转次数之和，日间活动量包括起床时间、休息时间、运动时间等。评分标准为0为非常不符合睡眠障碍；1为符合睡眠障碍；2为不符合睡眠障碍。总分范围为0-7分，得分越高说明患者的睡眠质量越好。生活质量评分，主要包括躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式和心理健康6个方面。其中躯体健康主要包括活动能力、日常生活能力、疾病情况和疼痛情况；情感健康主要包括对他人的态度和与家人的关系；社会功能主要包括情绪表现、人际关系和参与活动能力；认知功能主要包括学习能力和记忆力；应对方式主要包括情绪控制能力、自我效能感和社会适应能力；心理健康主要包括情绪调节能力和心理韧性。总分为120分，每项20分，分数越高说明生活质量越高。

(四) 统计学方法

采用SPSS21.0统计学软件对数据进行处理，计量资料以“ $\pm s$ ”表示，采用t检验，计量资料以百分数(%)表示，采用 χ^2 检验，以P<0.05为差异有统计学意义。

二、结果

(一) 两组患者的睡眠质量比较

观察组患者的睡眠质量为(6.91±1.42)分，对照组患者的睡

眠质量为(5.81±1.91)分,观察组患者的睡眠质量明显优于对照组,两组之间比较差异有统计学意义(P<0.05)。

表1: 两组患者的睡眠质量比较

组别	例数	睡眠质量评分
观察组	40	6.91±1.42
对照组	40	5.81±1.91
T		3.083
P		<0.05

(二) 两组患者生活质量比较

观察组的生活质量包括躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式、心理健康评分分别为14.91±2.42、16.91±1.42、15.87±1.36、16.21±1.44、15.98±1.41、16.36±1.87,明显高于对照组躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式、心理健康评分12.81±2.91、13.81±1.91、12.41±1.25、13.99±1.55、12.41±1.69、12.66±1.47,两组比较差异具有统计学意义(P<0.05),见表2所示。

表2: 两组患者生活质量比较

组别	躯体健康	情感健康	社会功能	认知功能	应对方式	心理健康
观察组 (n=40)	14.91±2.42	16.91±1.42	15.87±1.36	16.21±1.44	15.98±1.41	16.36±1.87
对照组 (n=40)	12.81±2.91	13.81±1.91	12.41±1.25	13.99±1.55	12.41±1.69	12.66±1.47
T	4.102	8.238	11.847	6.636	10.259	9.838
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

三、讨论

随着人口老龄化的加剧,老年肝病患者的数量也在不断增加。由于肝病的影响,许多老年患者会出现睡眠障碍,这不仅影响了他们的生活质量,还可能加重病情。因此,如何有效地护理这些患者,成为感染科护理工作的重要内容。近年来,优质护理等方法在感染科老年肝病睡眠障碍患者的应用中取得了一定的效果。

本研究中,观察组患者的睡眠质量为(6.91±1.42)分,对照组患者的睡眠质量为(5.81±1.91)分,观察组患者的睡眠质量明显优于对照组,两组之间比较差异有统计学意义(P<0.05)。

参考文献

- [1] 许侓. 优质护理等方法在感染科老年肝病睡眠障碍患者中的应用效果[J]. 世界睡眠医学杂志, 2023,10(01):186-188.
- [2] 王芸. 优质护理应用于四肢骨折患者功能锻炼的效果[J]. 中华养生保健, 2023,41(02):122-125.
- [3] 吴碧兰. 优质护理在阑尾炎患者围手术期的应用及满意度分析[J]. 中国医药指南, 2022,20(36):148-150.
- [4] 段雄丽. 优质护理服务在急诊ICU连续性血液净化患者中的应用效果观察[J]. 智慧健康, 2022,8(36):193-197.
- [5] 林晓芳, 张路, 岑希存. 围术期优质护理观念在骨科手术患儿中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2022,28(24):135-136.
- [6] 罗志. 探讨优质护理干预在慢性肾衰竭患者护理中的应用效果及其对患者睡眠质量的影响[J]. 黑龙江中医药, 2022,51(06):237-239.
- [7] 魏新荣. 护理干预在感染科老年肝病伴睡眠障碍患者中的应用[J]. 健康之路, 2017,16(08):199-200.
- [8] 黄珍, 黄妮妮, 高扬等. 感染科护士触摸舒适感现状及其影响因素[J]. 护理学杂志, 2019,34(13):68-71.
- [9] 金霞, 王瑶, 张桂英. 质量控制及敏感指标在提升感染科优质护理质量中的效果观察[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018,18(84):206+216.
- [10] 杨红娟. 乙肝肝硬化伴上消化道出血应用优质护理服务的效果观察[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017,2(36):68-69.

说明,通过实施优质护理,感染科老年肝病睡眠障碍患者的睡眠质量得到显著改善,这主要是由于通过与患者建立良好的沟通关系,倾听他们的诉求,给予关心和关爱,感染科老年肝病睡眠障碍患者的焦虑情绪得到有效缓解,护理人员还通过心理疏导和支持,帮助患者树立积极的心态,提高应对疾病的能力,进一步减轻焦虑情绪,提升睡眠质量。罗志^[6]研究表明,优质护理能够提升患者睡眠质量,患者入睡时间缩短,夜间觉醒次数减少,睡眠深度增加,睡眠总时长延长,这不仅缓解了患者的睡眠障碍问题,还有利于肝病的康复和患者的整体健康状况改善。

本研究中,观察组的生活质量包括躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式、心理健康评分分别为14.91±2.42、16.91±1.42、15.87±1.36、16.21±1.44、15.98±1.41、16.36±1.87,明显高于对照组躯体健康、情感健康、社会功能、认知功能、应对方式、心理健康评分12.81±2.91、13.81±1.91、12.41±1.25、13.99±1.55、12.41±1.69、12.66±1.47,两组比较差异具有统计学意义(P<0.05),说明,在实施心理护理、疼痛护理、睡眠指导等干预措施的过程中,感染科老年肝病睡眠障碍患者的生活质量得到提高。主要是由于优质护理不仅关注患者的生理健康,还注重其生活质量的提升,患者能够更好地应对疾病带来的困扰,积极参与社会活动和日常生活,提高自我管理能力。魏新荣^[7]通过全面了解患者的肝病状况和治疗方案,遵医嘱进行治疗和护理,感染科老年肝病睡眠障碍患者的病情得到有效控制和管理。黄珍^[8]等研究表明,优质护理还关注患者的病情变化和自身认知情况,提供必要的健康教育和指导,促进病情恢复。

除此之外,金霞^[9]等研究表明,优质护理的实施能够增加感染科老年肝病睡眠障碍患者的满意度,患者对护理人员的专业性、关爱度和沟通效果等方面给予高度评价。患者在接受护理过程中感受到尊重和关爱,积极参与护理计划的制定和实施,提高护理效果和患者满意度。在优质护理过程中,护理人员与感染科老年肝病睡眠障碍患者建立了良好的护患关系^[10]。通过密切的沟通和互动,护患之间建立起信任和理解的关系,优化了护患关系,这种良好的护患关系有助于提高患者对护理人员的信任度,增强护理效果,促进患者的康复。

综上,采用优质护理干预后能够改善老年肝病合并睡眠障碍的患者的睡眠质量和生活质量。