

针对性护理对改善泌尿外科术前患者睡眠质量的效果

栗丹丹

郑州大学附属洛阳中心医院 河南洛阳 471000

摘要：目的：分析泌尿外科患者应用针对性睡眠护理对改善其术前睡眠质量所发挥的作用。方法：随机回顾选择时间为 2019 年 7 月~2020 年 6 月在我院泌尿外科进行手术治疗的患者 162 例均分成试验组及对照组（针对性护理联合常规护理、常规护理、），比较两组术前护理后睡眠质量及心理状态。结果：护理后试验组患者睡眠效率、应用催眠药物等各项睡眠质量因子评分均较对照组低，组间对比有显著差异（ $P<0.05$ ）。护理前患者心理状态评分组间对比无显著差异（ $P>0.05$ ），护理后患者心理状态均优于护理前，组间 SDS 评分及 SAS 评分均更低显著差异（ $P<0.05$ ）。结论：针对性睡眠护理可有效提升泌尿外科患者睡眠质量并改善其心理状态，有助于患者以最佳身心状态接受手术治疗。

关键词：针对性护理；泌尿外科手术；术前睡眠质量；心理状态

充足的睡眠有助于促进人体微循环改善，睡眠障碍可影响大脑思维能力，容易诱发不良应激反应并加重患者的生理及心理不适感^[1]。手术为泌尿外科常用治疗手段，但是手术属于侵入性操作，容易导致患者产生排斥或者抵触心理，术前极易出现睡眠障碍，导致患者身心状态欠佳，容易加大手术风险并影响治疗效果，故而有必要予以患者针对性的睡眠干预措施^[2]。回顾选取 162 例自 2019 年 7 月~2020 年 6 月在我院泌尿外科进行治疗的患者，对促进其术前睡眠质量改善所发挥的作用，现将研究结果分析如下：

1 资料与方法

1.1 基本资料

以 162 例在我院泌尿外科进行手术治疗的患者为研究对象，纳入标准：①均符合手术指征；②患者沟通及沟通能力均正常，知晓此次试验目的并自愿加入；③伦理委员会批准通过此次研究方案。排除标准：①既往有失眠史者；②合并严重内科疾病者；③有精神障碍史、人格障碍史或者酗酒史、药物滥用史者；④合并免疫系统疾病者。通过随机数字表法实施分组，试验组及对照组各有患者 81 例，其中，试验组男性及女性分别为 46 例、35 例，年龄区间：19~73 岁，年龄平均值：（52.71±12.01）岁，对照组男性及女性分别为 48 例、33 例，年龄区间：23~81 岁，年龄平均值：（52.41±13.06）岁。对比两组患者基本临床资料无显著差异（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

对照组患者入院后为其提供常规护理，试验组患者联合应用针对性睡眠护理，如下：

1.2.1 常规护理 入院后为患者提供入院宣教，向其介绍泌尿外科医护人员，帮助患者熟悉医院及病房环境，为患者提供健康教育，为其讲解泌尿外科手术流程、注意事项等，术前为患者提供心理干预，指导患者提前做好术前准备并进行各项术前必要检查。

1.2.2 针对性睡眠护理 （1）环境护理 患者入院时带领其熟悉医院环境，主动与患者进行交流，保持病房环境干

净整洁，避免脏乱差环境影响患者情绪和心理状态。病床之间安装隔帘以保护患者隐私，有利于提高患者的安全感，利于其顺利入睡。医护人员夜间进行操作时必须轻手轻脚，动作轻柔，以免干扰患者正常睡眠；（2）心理护理 患者生理上需要承受病痛折磨，对手术治疗了解较少，容易产生强烈的抵触感，通过与患者交流等方式掌握其思想状态和心理动态并有针对性地为其提供术前健康教育，提高患者疾病认知能力，解除或者减轻其思想负担并保持心理平衡及心情舒畅，主动积极地配合治疗。发动亲朋好友为患者提供情感支持，使患者感受到来自大家的爱心和同情心，从中获得归属感、认同感和安全感，充分认识自身的存在价值，有利于强化其手术治疗勇气和康复信念；（3）睡眠指导 向患者讲解睡眠与手术之间的关联，指导患者睡前泡脚、饮用牛奶、睡前适量运动，保持身心放松等，有助于提高其睡眠质量。

1.3 观察指标

（1）于术前应用匹兹堡睡眠质量指数量表（PSQI）评估患者睡眠质量，评估包括睡眠效率、应用催眠药物、睡眠质量、日间功能、睡眠障碍、睡眠时间及入睡时间，最高总分为 21 分，最低 0 分，评分 ≥ 8 分即为睡眠质量差且评分越高睡眠质量越差。

（2）护理前及术前对患者心理状态进行评估，评估量表分别为焦虑自评量表（SAS）及抑郁量表（SDS）。焦虑评估标准如下，SAS 评分 <50 分：无焦虑，分值越高则焦虑情绪越严重；抑郁评估标准如下，SDS 评分 <50 分：无抑郁，分值越高则抑郁情绪越严重。

1.4 统计学分析

以 SPSS17.0 软件进行数据分析，计数资料通过 $[n(\%)]$ 表示并以 χ^2 进行检验，计量资料通过均数±标准差（ $\bar{x} \pm s$ ）表示并以 t 进行检验，以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理后患者睡眠质量对比 护理后试验组患者睡眠效率等各项睡眠质量因子评分均较对照组低，组间显著差异（ $P<0.05$ ）。见表 1。

表1 比较护理后两组睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	睡眠效率	应用催眠药物	睡眠质量	日间功能	睡眠障碍	睡眠时间	入睡时间
试验组 (n=81)	0.74±0.74	1.30±0.22	1.26±0.22	1.33±0.21	0.30±0.23	1.32±0.25	1.33±0.24
对照组 (n=81)	1.66±0.29	1.68±0.26	1.64±0.28	1.65±0.26	1.66±0.26	1.66±0.25	1.72±0.49
<i>t</i>	-10.290	-10.265	-9.519	-8.612	-9.107	-9.012	-6.428
<i>P</i>	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

2.2 护理前后患者心理状态对比 护理前患者心理状态均优于护理前, 心理状态组间评分均有显著差异 ($P<0.05$)。评分组间对比无显著差异 ($P>0.05$), 护理后患者心理状态见表2。

表2 比较护理前后两组患者心理状态 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	SDS				SAS			
	护理前	护理后	<i>t</i>	<i>P</i>	护理前	护理后	<i>t</i>	<i>P</i>
试验组 (n=81)	54.83±5.20	36.28±5.06	18.847	0.000	56.21±3.97	38.24±4.11	22.794	0.000
对照组 (n=81)	54.50±5.23	43.48±4.76	11.518	0.000	56.92±3.90	44.68±4.59	13.041	0.000
<i>t</i>	0.399	-9.315			-1.143	-9.398		
<i>P</i>	0.691	0.000			0.255	0.000		

3 讨论

手术为临床常用疾病治疗手段, 加快机体功能恢复有重要价值。但作为侵入性操作, 对患者生理及心理均会造成一定程度的影响, 部分患者存在抵触甚至恐惧等情绪并引发不良心理应激反应, 极易发生失眠, 而失眠又会导致患者不良情绪进一步加重, 使得机体正常代谢异常并表现出焦虑、难以入睡等异常反应, 影响手术治疗安全^[3]。因此, 采取有效的睡眠干预手段, 提高患者睡眠质量并改善其身心状态至关重要^[4]。

睡眠障碍对患者体力、精力、免疫功能以及手术治疗效果等均会产生不良影响, 此次研究中, 护理人员根据泌尿外科手术患者睡眠障碍诱因为其提供针对性的睡眠干预措施, 充分结合患者实际病情、心理状态等为其提供干预^[7], 护理后试验组患者睡眠效率、应用催眠药物等各项睡眠质量因子评分均较对照组低, SDS 评分及 SAS 评分均更低 ($P<0.05$) 说明试验组护理方法的有效性, 环境护理能够减少外界环境对患者睡眠造成的干扰, 整洁干净的环境还有助于患者保持身心放松, 病床之间安装隔帘既能够保护患者隐私, 使其感受到尊重, 还能够强化其安全感, 能够为患者入睡提供有利条件^[5,8]; 针对其心理护理可减轻患者的心理压力和精神负担, 身心放松更有利于患者迅速进入睡眠状态^[9]; 健康教育能够丰富患者对泌尿手术及所患疾病的认知, 可减轻其心理应激和缓解焦躁疑虑^[10], 使其充分认识到接受手术治疗的必

要性和重要性, 更加主动地配合治疗; 睡前泡脚、饮用牛奶等睡眠指导能够促进机体血液循环, 保持心情放松, 更有利于患者进入睡眠状态, 对于改善患者术前机体生理及心理状态均有重要作用^[6]对于促进患者预后改善及术后恢复亦均有意义。

参考文献

- [1] 蔡艺辉. 针对性护理对泌尿外科术前患者睡眠质量改善的疗效分析[J]. 世界睡眠医学杂志, 2020, 7(8): 1422-1423.
- [2] 张新, 赵肖敏, 曹雪英, 等. 疼痛护理干预联合健康教育对泌尿系结石患者疼痛程度、睡眠质量及心理状态的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(18): 8-10.
- [3] 穆敏, 彭敏. 泌尿外科手术患者围术期综合护理干预[J]. 实用临床医药杂志, 2019, 23(2): 125-128.
- [4] 杨春霞. 异位妊娠产妇的心理状态与心理针对性护理[J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 34(7): 216-217.
- [5] 张建敏. 护理干预对肿瘤患者放疗后睡眠障碍的改善效果[J]. 中国城乡企业卫生, 2019, 34(5): 195-196.
- [6] 张松林, 戴洁萍. 针对性护理对肺癌化疗患者睡眠质量及生活质量的影响分析[J]. 基层医学论坛, 2019, 23(9): 1232-1233.
- [7] 黄玉蕊, 颜杨芬, 郭宇玲. 分析护理干预对孕早期先兆流产保胎患者焦虑情绪及睡眠质量的影响[J]. 中国实用医药, 2019, 14(4): 173-174.