

全程护理对阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者的干预效果分析

邓平 周婧 张小凤

陆军特色医学中心 重庆 400042

【摘要】目的：研究阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者使用全程护理干预的效果。方法：选取本院自2019年5月~2020年5月的92例阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者，随机分为对照组和护理组，每组46例。给予对照组常规护理，护理组应用全程护理，对比两组患者护理满意度和各项指标。结果：护理组的护理满意度为97.82%，明显高于对照组（ $P < 0.05$ ），护理组各项指标也明显优于对照组（ $P < 0.05$ ）。结论：阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者使用全程护理模式，能够提高患者戴机依从性和护理满意度，从而更好地改善患者的临床症状，提高生活质量，值得推广。

【关键词】全程护理；阻塞性睡眠呼吸暂停综合征；干预

持续气道正压通气作为目前阻塞性睡眠呼吸暂停综合征首选的治疗方法，这种方法能有效改善患者睡眠期间的呼吸暂停或低通气症状，从而缓解患者因夜间睡眠缺氧而引起的一系列症状，如白天嗜睡、头昏头痛、记忆力减退等。但在治疗过程中，常常会出现口干、皮肤压痕、鼻塞、头痛、入睡困难等常见不良反应，影响患者戴机的依从性，从而影响疗效^[1]。笔者对阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者应用全程护理方法进行了研究，报道如下：

1 资料和方法

1.1 基本资料

将本院自2019年5月~2020年5月的92例阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者利用随机的方法进行分组，每组46例，对照组男性和女性患者分别为26例和20例，年龄在28~64岁，平均（ 45.81 ± 3.19 ）岁；护理组男性和女性患者分别为30例和16例，年龄在29~65岁，平均（ 45.92 ± 3.28 ）岁。将两组患者的基本资料进行对比没有明显的差别（ $P > 0.05$ ），可以进行比较。

1.2 护理方法

对照组给予常规护理，护理组给予全程护理，具体护理方法如下：

个性化护理：在患者入院之后需要根据他们的病情为他们制定专门的病历档案，并将患者的一般资料进行统计，录入到系统当中。与此同时护理人员还应该明确自身的职责，对患者进行健康宣教、出院指导和随访等

工作。

健康宣教：需要了解患者在进行持续气道正压通气治疗的时候所产生的压力，并将和呼吸机有关的知识向患者进行讲解和宣教，让患者及家属明确治疗的方法和对治疗有正确的认识，宣教的主要内容有：需要为患者和家属讲解使用呼吸机治疗的方法、主要治疗的目的和意义，以及治疗期间会出现的问题和应对问题的措施等，这些都可以以观看视频、开展讲座和现场模拟等方法来实现。除此之外，护理人员还应该告知患者和家属应该如何进行呼吸机的养护。在讲述完这些内容的时候可以让患者和家属互相复述，以加深对知识的记忆。这样的健康宣教应该一周一次，每次不要超过半个小时。对于吸烟的患者，应该重点讲解吸烟对疾病的危害，告诫他们戒烟，并避免吸入二手烟。患者出院之后需要嘱咐患者按时到医院复诊，帮助患者合理的调整呼吸机治疗压力，从而达到治疗的目的^[2]。

饮食护理：为患者制定合理的饮食方案，帮助他们正确调整饮食结构，保证患者可以合理饮食，营养均衡。并且应该减少高热量食物的摄入，不要暴饮暴食，保证充足的睡眠，适量运动。因酒精有肌松作用，会加重呼吸暂停或低通气的症状，护理人员应告知患者避免饮酒。

加强随访工作：在患者出院的时候，需要提醒患者遇到问题时及时和护理人员联系，可以使用微信群或者是联系卡的方式，保证患者在出院之后得到正确和及时的指导。比如，可以利用门诊随访制度，让护理人员和医生进行配合，将患者的病历档案完善，并将随访表中的内容仔细填写。也可以将这个疾病有关的患者建立

一个微信群，让他们在群中提出戴机治疗过程中所遇到的问题和建议，促进护患之间的交流和正能量的传递，让患者互相鼓励分享经验，护理人员也可以随时查看消息并及时的做出回复。在复诊的时候监测患者的病情，并告诉患者下次复诊时间和生活注意事项。最后，护理人员应该每一个月打一次电话进行随访，并耐心地解答患者所提出的问题，建立良好的护患关系^[3]。

1.3 观察指标

对比两组患者护理满意度和各项指标。护理满意度需要使用本院自制的满意度调查表对两组患者进行调查，总分为100分，分为十分满意、满意和不满三个标准，得出的分数越高代表为患者护理的越好。总满意度 = (十分满意 + 满意) / 46 * 100%。各项指标分为AHI、最低血氧饱和度以及小于0.90的氧减时间比。

1.4 统计学分析

使用SPSS21.0软件将输入的数据进行处理，使用t和 χ^2 进行检验，当 $P < 0.05$ 时具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理满意度的对比

护理组的护理满意度为97.82%，明显高于对照组 ($P < 0.05$)，见表1：

表1 两组患者护理满意度的对比 (n, %)

组别	例数	十分满意	满意	不满意	总满意度
对照组	46	20	17	9	80.43
护理组	46	25	20	1	97.82
χ^2	/	/	/	/	7.181
p	/	/	/	/	0.007

2.2 两组患者各项指标的对比

护理组的各项指标明显优于对照组 ($P < 0.05$)，见表2：

表2 两组患者各项指标的对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	AHI	最低血样	< 0.90的氧减时间比 (%)
对照组	46	31.17 ± 2.36	0.75 ± 0.03	16.74 ± 1.64
护理组	46	28.75 ± 2.44	0.82 ± 0.02	15.16 ± 1.41
t	/	4.835	13.167	4.955
p	/	0.000	0.000	0.000

3 讨论

持续气道正压通气治疗作为阻塞性睡眠呼吸暂停综合征的首选治疗方式，因在治疗过程中，可能会产生口干、皮肤压痕、鼻塞、头痛、入睡困难等不良反应，很可能让患者在治疗期间降低治疗依从性，从而影响治疗的效果，所以在治疗时应对其采取有效的护理措施。全程护理模式就是在为患者治疗的时候，建立一个专门的电子档案，并有护理人员对患者和家属进行健康教育，让他们了解和疾病有关的知识，以及呼吸机使用和养护的方法^[4]。并且在健康宣教中患者及家属可以通过视频或者是讲座等方式了解治疗的目的及意义。同时，护理人员还应该为患者制定饮食方案，保证患者合理饮食，营养均衡。而出院之后也会有相应的随访，保证及时解决患者的问题，将疗效提升。在本次研究当中，护理组的护理满意度为97.28%，明显高于对照组 ($P < 0.05$)，而护理组的各项指标明显优于对照组 ($P < 0.05$)。这说明在阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者的护理中，全程护理优于常规护理。

综上所述，阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者使用全程护理模式，能够提高患者戴机依从性，从而更好地改善患者的临床症状，提高生活质量，还能提升护理满意度，值得推广。

【参考文献】

- [1] 田素倩, 田忠荣. 全程护理对阻塞性睡眠呼吸暂停综合征患者的影响 [J]. 当代护士旬刊, 2018, 25(6): 28-30.
- [2] 张春秀. 护理干预对阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征疾病的效果 [J]. 心理医生, 2018, 24(32): 228-229.
- [3] 郑延敏, 周顺琴, 陈春露. 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征患者应用心理干预护理模式的效果研究 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6(4): 128-130.
- [4] 张娟, 周晓蕾, 冯素萍. 个体化护理对阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征患者的效果 [J]. 中国实用神经疾病杂志, 2018, 21(24): 103-108.