

亲体肝移植术后受体早期睡眠障碍原因分析及护理干预

付娜

武汉协和医院肝胆外科

关键词：亲体肝移植；术后；受体；睡眠障碍；护理

肝移植是因肝脏疾病发展到晚期危及生命时，采取外科手术的方法，切去已失去功能的病肝，然后将具有生命活力的健康肝脏（或部分肝脏）植入人体内，挽救患者垂危的生命。亲体肝移植是活体肝移植的一种。睡眠是机体生命活动必需的生理过程，维持正常的睡眠对恢复疲劳机体的精神与体力意义重大。肝移植术后，充足有效的睡眠对患者的恢复有重大意义。

临床资料 2013年~2016年 亲体肝移植术后9例 受体年龄8岁~51岁 男性5例 女性4例 供体年龄22岁~67岁 男性7例 女性2例 亲体间的关系均为父子 母子 兄妹 姐弟及父女，通过访谈和调查临床观察发现受体术后早期睡眠障碍7例，供体术后早期睡眠良好。

1. 影响受体术后早期睡眠障碍相关因素分析

1.1心理因素 肝移植术后患者在隔离病房缺乏与家属联系，与自己熟悉的环境相隔离而倍感孤独。亲体肝移植术后受体内心压力和心理负担过重，自感内疚和对亲人的亏欠，除了担心自己术后恢复情况，更加担心供体是否能顺利渡过术后危险期，术后是否能够恢复良好，均可引起睡眠障碍。肝移植术后大量的治疗和护理干扰，是患者睡眠无法保持连续性，睡眠中断次数频繁，有的患者还因为担心经济问题或家庭支持欠缺而影响睡眠质量。

1.2噪音 噪音来源于监护仪、输液泵、微量泵等仪器报警声，医护人员说话声、开关门声、操作声、脚步声，这些过多的听觉刺激会导致心率加快，血压升高，疼痛加剧从而影响睡眠。

1.3疼痛及管道因素 由于手术切口面积大，伤口疼痛难忍会影响睡眠。手术后会留置数根引流管，监护仪器的约束，使患者术后无法采取舒适卧位，不敢随意活动。另外，患者会担心管道是否会脱出而增加焦虑及恐惧感，从而引起睡眠障碍。

1.4医护人员因素 定时治疗与护理的干扰会影响患者睡眠，引起睡眠障碍。

2. 睡眠障碍的护理干预

2.1加强心理护理及人文关怀 建立良好的护患关系，安排移植后供体和受体在同病房治疗修养，尤其注意亲体移植术后受体的心理状况，多与其交谈沟通，设法让患者表达出自己的想法、愿望和要求，消除紧张焦虑及自责心理，建立良好的信任关系有利于促进睡眠。

2.2鼓励家属给予情感支持 在确保消毒隔离及病情许可情况下，允许家属适当探视陪伴，让移植后受体像亲属表达出内心各种复杂情绪使患者获得亲属的支持，安慰和理解，以保持良好的心理及精神状态。

2.3经济压力 由于亲体移植供受体所有医疗费用由受体方全部负担，因而根据其承受能力，尽量减少住院费用。但对必须使用的药物，要做好解释工作，以减轻患者经济压力的思想负担。在我科，

对于家庭经济的确困难者，我们采取了像广大群众发起捐款献爱心行动。尽最大能力帮助经济困难者，消除患者顾虑和减轻患者负担，使其保持积极情绪，从而有利于改善睡眠情况。

2.4营造良好的睡眠环境 尽量创造一个舒适，安静，温馨的休养环境。调节病房内适宜的温度和湿度，合理安排好治疗和护理时间，尽量将治疗安排在白天进行，对必须在睡眠期间完成的特殊治疗护理，应尽量间隔90分钟，以减少睡眠中断次数。夜间的护理措施应尽量对患者睡眠干扰，做到走路轻，说话轻，操作轻，尽量将噪音将至最低。

2.5增进患者舒适感

2.5.1伤口疼痛护理 及时有效的观察评估疼痛性质和程度，合理使用止痛药，结合放松疗法分散注意力，最大程度的减轻或消除患者的痛苦。

2.5.2妥善固定好各种管道 指导并协助患者保持舒适的体位，可根据病情合理使用安眠药物，促进患者的睡眠质量。

2.5.3音乐疗法及加强晚间护理 音乐疗法可缓解疼痛，减轻焦虑，具有良好的心理治疗作用，睡前可让患者听听舒缓的轻音乐，转移注意力从而促进睡眠。视病情可协助患者睡前喝热牛奶，热开水等，协助患者洗漱，足浴，协助患者处于舒适的睡眠姿势，给予肩、背、腰、下肢等受压部位的按摩，使患者全身肌肉放松，从而诱导患者入睡。

3 小结

亲体肝移植术后早期受体及易出现睡眠障碍，主要与自身的心理压力，陌生环境，缺乏和亲属的联系，担心费用及供体的术后恢复情况，噪音，疼痛及各种管道引起的不适相关。通过及时观察评估和系统的护理，加强心理护理，消除影响睡眠质量不良因素，及时给与护理干预，能有效的改善患者睡眠质量，减轻焦虑痛苦，促进术后恢复。

参考文献

- [1]郭凤琳. ICU综合征及音乐疗法[J]. 国外医学护理分册, 1999, 6(3): 1103~104
- [2]曹娅燕影响住院患者睡眠质量的因素及其对策[期刊论文]-现代护理 2008(06)
- [3]陈晓英音乐护理的功效及其临床应用[期刊论文]-实用护理杂志 2001(4)
- [4]季冬兰睡眠障碍发病相关因素分析与护理对策[期刊论文]-黑龙江医药2008,21(6)
- [5]朱玲 ICU术后患者的睡眠障碍的原因分析和护理对策[期刊论文]-内蒙古中医药2008,27(9)