

脑卒中睡眠障碍中西医结合护理效果观察

李映红*

云南省第一人民医院睡眠中心 云南 昆明

【摘要】目的：研究脑卒中睡眠障碍患者采用中西医结合护理的临床效果。**方法：**选取我院2019年1月到2019年8月期间收治的脑卒中睡眠障碍患者作为此次研究对象，共计110例。需要研究人员将该部分患者按照摸球法分为对照组（55例）与观察组（55例），对照组脑卒中睡眠障碍患者运用常规护理方案，而观察组脑卒中睡眠障碍患者在此基础上运用中西医结合护理，研究期间需要临床护理人员做好记录工作，对比两组患者治疗有效率、睡眠质量以及生活质量等。**结果：**观察组脑卒中睡眠障碍患者采用中西医结合护理后睡眠质量评分为（4.38±1.21）分，而对照组脑卒中睡眠障碍患者运用常规护理方案睡眠质量评分（7.63±1.56）分，数据对比存在差异，具有实际统计意义（ $P<0.05$ ）。此外，观察组患者生活质量评分（93.52±4.83）分，相较于对照组患者生活质量评分（68.23±2.85）分，研究数据有差异，具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。**结论：**针对脑卒中睡眠障碍患者采用中西医结合护理，可以有效提升患者睡眠质量，提高患者生命质量，促进病情恢复，值得临床推广使用。

【关键词】脑卒中睡眠障碍；中西医结合；护理

Observation on nursing effect of integrated traditional Chinese and western medicine for stroke and sleep disorders

Yinghong Li

Sleep Center of the First People's Hospital of Yunnan Province Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective: To study the clinical effect of combined traditional Chinese and western medicine on patients with stroke and sleep disorders. **Methods:** A total of 110 patients with stroke and sleep disorders treated in our hospital from January 2019 to August 2019 were selected as the subjects of this study. Researchers are required to divide these patients into the control group (55 cases) and the observation group (55 cases) according to the touch method. The control group patients with stroke and sleep disorders use conventional nursing programs, and the observation group with stroke sleep disorders are based on the combination of traditional Chinese and western medicine nursing is used in this study. During the study period, clinical nurses are required to make records and compare the treatment efficiency, sleep quality and quality of life of the two groups of patients. **Results:** The sleep quality score of patients with stroke and sleep disorders in the observation group was (4.38 ± 1.21) points after using integrated traditional Chinese and western medicine, while the sleep quality score of patients with stroke and sleep disorders in the control group (7.63 ± 1.56) points using conventional nursing programs. There were differences in the comparison, which had practical statistical significance ($P < 0.05$). In addition, the quality of life score of patients in the observation group was (93.52 ± 4.83) points, which was higher than that in the control group (68.23 ± 2.85) points. The study data were different and had statistical significance ($P < 0.05$). **Conclusion:** The combination of traditional Chinese and western medicine for patients with stroke and sleep disorders can effectively improve the quality of patients' sleep, improve the quality of life of patients, and promote the recovery of the disease, which is worthy of clinical popularization.

【Keywords】 Stroke and Sleep Disorder; Integrated Traditional Chinese and Western Medicine; Nursing

脑卒中属于临床中比较常见的心脑血管疾病,主要包括脑出血,脑梗死。而脑卒中睡眠障碍是该疾病常见并发症之一,会严重降低患者生活质量,影响其正常工作。相关调查研究结果显示,对脑卒中睡眠障碍患者进行有效护理可以缓解睡眠不佳状况,本次研究对部分脑卒中睡眠障碍患者运用中西医结合护理,具体研究结果如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院 2019 年 1 月到 2019 年 8 月期间收治的 110 例脑卒中睡眠障碍患者作为此次研究对象。需要研究人员将该部分患者按照摸球法分为对照组(55 例)与观察组(55 例),对照组脑卒中睡眠障碍患者运用常规护理方案,患者年龄 ≥ 40 岁, ≤ 78 岁,患者男女比例为(33:22)例,按照患者疾病类型可将其分为 30 例脑梗死患者、25 例脑出血患者;而观察组脑卒中睡眠障碍患者在此基础上运用中西医结合护理,患者年龄 ≥ 41 岁, ≤ 76 岁,患者男女比例为(32:23)例,按照患者疾病类型可将其分为 28 例脑梗死患者、27 例脑出血患者,两组患者基础资料差异较小,不具有实际统计意义($P > 0.05$)^[1]。

1.2 方法

给予对照组脑卒中睡眠障碍患者常规护理方式,具体护理内容如下:(1)环境护理,临床护理人员需要定期对病室开窗通风,将病房温度控制在 18~22 度左右,湿度控制在 50%左右,为患者提供舒适温馨的治疗环境^[2]。此外,还需要向患者及家属讲述住院部的规章制度、治疗环境,科学合理安排家属探视时间,严格控制家属探视人数,确保患者充足的休息时间。在对患者实施护理时要做到走路轻、说话轻、操作轻以及关门轻等,尽量降低噪音产生^[3]。(2)健康教育,需要临床护理人员加强与患者之间的沟通,向其详细讲解疾病发生原因、临床症状以及治疗措施等,对于患者提出的疑问耐心向其解答,一方面可以提升患者对疾病的认知度,另一方面还可以拉近护患之间的距离,促使患者积极配合后期治疗。另外,临床护理人员还要根据患者实际病情状况,制定科学合理的作息方案,鼓励

患者白天适量增加户外活动,增加晚上休息时间,告知患者晚间睡眠时尽量取右侧卧位,进而增加脑部血流量,保证晚间睡眠时间^[4]。(3)心理护理,多数脑卒中睡眠障碍患者存在焦虑、抑郁以及暴躁等不良情绪,影响患者睡眠,不利于病情恢复。此时,需要临床护理人员适当对患者进行心理疏导,耐心倾听患者心中的诉求,交流期间不断用言语护理患者,给予其战胜疾病的信心,向患者讲述科室内治疗痊愈的成功案例。除此之外,可以适当在病室内播放轻音乐、向患者发放书籍,在一定程度上缓解患者的心理负担。(4)饮食护理,临床护理人员指导患者食用清淡、易消化、刺激性小的食物,禁止服用浓茶、咖啡以及辛辣类食物。而观察组脑卒中睡眠障碍需要在常规护理的基础上进行中西医结合治疗,具体治疗方式如下:(1)中医治疗,主要治疗方式包括口服中药、中医针灸以及食疗等。其中口服的中药需要根据患者机体状况抓取,其功效以活血化瘀、通络益气为主,每天服用一次,连续服用一个月。而中医针灸针刺部位为患者患侧肢体,穴位包括环跳、阳陵泉、足三针以及肩三针等,每天针灸一次,连续针灸 3 个月^[5]。最后,食疗需要对患者进行中医辨证,针对心脾两虚的患者可让患者适量服用龙眼肉、茯苓等,对于肝郁气滞的患者可以用菊花、夏枯草泡茶,起到疏肝解郁效果。(2)西药治疗,多数脑卒中睡眠障碍患者患有合并类疾病,根据患者不同合并类疾病进行降糖、降脂、降压药物治疗,降低患者血管压力,增加脑部供血^[6]。

1.3 观察指标

观察组与对照组脑卒中睡眠障碍患者研究数据以治疗有效率、睡眠质量以及生命质量为主要评判标准。

1.4 统计学处理

观察组与对照组脑卒中睡眠障碍患者研究数据需要通过 SPSS22.0 软件进行统计处理,(n)为计数资料,睡眠质量、生活质量使用(分)来表示,采用 t 进行数据检验,两组数据存在差异时,以($P < 0.05$)为具有可比性。

2 结果

表 1 两组脑卒中睡眠障碍患者研究数据对比

组别	显效 (%)	有效 (%)	无效 (%)	总有效率 (%)	睡眠质量 (分)	生活质量 (分)
观察组	69.09	27.27	3.64	96.36	4.38 ± 1.21	93.52 ± 4.83
对照组	54.55	34.54	10.91	89.09	7.63 ± 1.56	68.23 ± 2.85
X ²	4.958	3.648	2.635	5.668	7.105	8.652
P 值	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

如表一所示, 观察组脑卒中睡眠障碍患者治疗有效率 96.36%, 优于对照组患者治疗有效率 89.09%, 组间差异显著 ($P < 0.05$)。此外, 观察组患者睡眠质量、生活质量评分均优于对照组患者, 数据对比存在差异 ($P < 0.05$)。

3 讨论

脑卒中又被称为中风、脑血管意外, 好发于中老年人。主要是由于脑部血管压力过高出现破裂或者脑部血管堵塞引起的血液类疾病, 发病原因包括年龄增大、吸烟、肥胖、高血压、糖尿病以及遗传等, 具有较高的死亡率。容易并发多脏器衰竭、中度残疾以及睡眠障碍等, 严重降低患者生活质量。其中, 脑卒中睡眠障碍在临床中较为常见, 典型临床表现为失眠、过度睡眠、睡眠周期紊乱、异相睡眠等^[7]。目前, 相关研究结果显示脑卒中睡眠障碍与患者颅内高压、脑水肿、神经组织损伤以及精神压力过大有关。临床在对脑卒中睡眠障碍患者治疗时普遍采用常规护理方法, 主要是对其进行健康教育、心理护理、饮食护理以及环境护理等, 总体治疗效果较佳。本次研究对部分脑卒中睡眠障碍患者在常规护理的基础上进行中西医护理, 研究结果显示观察组患者治疗有效率、睡眠质量以及生活质量评分均优于对照组患者, 组间差异显著 ($P < 0.05$), 说明采用中西护理可以提升治疗效果^[8]。出现该种状况的原因是中医治疗通过针灸、口服中药可以起到活血化瘀、通络益气、改善机体血液循环的效果。而西药以患者合并类疾病入手, 改善脑部血管压力, 满足脑部供血, 进而提升患者睡眠质量。

综上所述, 针对脑卒中睡眠障碍患者采用中西医结合护理, 可以有效提升患者睡眠质量, 提高患者生活质量, 值得临床推广使用。

参考文献

- [1] 白晓茜. 人性化护理对缺血性脑卒中并睡眠障碍患者负性情绪和睡眠质量的影响[J]. 河南医学研究, 2019, 28(21): 4005-4006.
- [2] 张璐. 中医综合护理干预对脑卒中患者睡眠障碍的影响[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 7(31): 155-156.
- [3] 徐立萍. 脑卒中睡眠障碍中西医结合护理效果观察[J]. 世界睡眠医学杂志, 2018, 5(02): 229-232.
- [4] 闫新政, 刘德荣, 何蕴菁. 中西医联合康复治疗对急性期脑卒中并发抑郁的效果观察[J]. 中国医学创新, 2018, 15(07): 77-80.
- [5] 杨芳. 脑卒中后睡眠障碍等常见长期症状中西医特色护理技术干预有效性探讨[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6(23): 12-14.
- [6] 谭小雪, 徐敏. 脑卒中后睡眠障碍的中西医结合护理研究进展[J]. 护理与康复, 2017, 16(07): 730-733.
- [7] 王宁. 中西医结合护理对脑卒中后睡眠障碍患者睡眠质量及生命质量的影响[J]. 中国药物经济学, 2016, 11(01): 170-171.
- [8] 陈瑞君. 中西医结合护理对脑卒中患者睡眠质量及生活质量的影响观察[J]. 首都食品与医药, 2016, 23(18): 95-96.

收稿日期: 2020年2月25日

出刊日期: 2020年3月23日

引用本文: 李映红. 脑卒中睡眠障碍中西医结合护理效果观察[J]. 国际护理学研究, 2020, 2(2): 112-114.

DOI: 10.26855/j.ijnr.20200029

检索信息: 中国知网、万方数据、Google Scholar

版权声明: ©2020 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS