

优质护理等方法在感染科肝病睡眠障碍患者中的应用效果

陈南洁

咸宁市中心医院 湖北咸宁

【摘要】目的 探析优质护理等方法在感染科肝病睡眠障碍患者中的应用效果。**方法** 选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月期间，院内感染科肝病睡眠障碍患者共 62 例，作为此次研究对象。结合随机数表法，将 62 例患者随机分为对照组与观察组。对照组采用常规护理，观察组采用优质护理，对比两组睡眠质量以及睡眠药物使用情况。**结果** 干预前：两组睡眠质量以及睡眠药物使用情况，差异无统计学意义， $P>0.05$ 。干预后：观察组睡眠质量优于对照组，睡眠药物使用情况低于对照组，差异具有统计学意义， $P<0.05$ 。**结论** 优质护理可显著改善患者睡眠质量；睡眠药物使用情况以及生活质量，值得推广与应用。

【关键词】 感染科；肝病；睡眠障碍；优质护理

【收稿日期】2025 年 7 月 26 日

【出刊日期】2025 年 8 月 25 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250445

The application effect of high-quality nursing and other methods in patients with liver disease and sleep disorders in the infectious disease department

Nanjie Chen

Xianning Central Hospital, Xianning, Hubei

【Abstract】 Objective To explore and analyze the application effect of high-quality nursing and other methods in patients with liver disease and sleep disorders in the infectious disease department. **Methods** A total of 62 patients with liver disease and sleep disorders in the infectious disease department of the hospital from January 2024 to December 2024 were selected as the subjects of this study. Using the random number table method, 62 patients were randomly divided into a control group and an observation group. The control group received routine care, while the observation group received high-quality care. The sleep quality and sleep medication use of the two groups were compared. **Result** Before intervention, there was no statistically significant difference in sleep quality and sleep medication use between the two groups, $P>0.05$. After intervention: The sleep quality of the observation group was better than that of the control group, and the use of sleep medication was lower than that of the control group, with statistical significance, $P<0.05$. **Conclusion** High quality nursing can significantly improve the sleep quality of patients; The use of sleep medication and quality of life are worthy of promotion and application.

【Keywords】 Infectious diseases department; Liver disease; Sleep disorders; High quality care

多数情况下，感染科肝病存在合并睡眠障碍的情况，此类情况的出现可进一步影响患者病情状态及预后，因而在实际开展护理工作的过程中，需引起足够的重视，最大程度的改善患者失眠症状，确保患者整体恢复效果的提升^[1-2]。但是过去常规的护理模式只是机械性的围绕医嘱落实相关护理措施，促使整体护理工作缺乏足够的全面性以及针对性，影响干预效果。而优质护理则属于新型护理模式，此类护理模式更加重

视以患者为中心的理念，紧扣患者实际护理需求，落实针对性的护理措施，对于提升整体护理效果具有重要的意义^[3-4]。本文将探析优质护理等方法在感染科肝病睡眠障碍患者中的应用效果，如下所示。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月期间，院内感染科肝病睡眠障碍患者共 62 例，作为此次研究对象。结

合随机数表法,将62例患者随机分为对照组与观察组。对照组患者共31例,男18例,女13例,年龄为:43-79岁,平均年龄(59.36 ± 4.26)岁,观察组患者共31例,男20例,女11例,年龄为:41-78岁。平均年龄(58.66 ± 4.07)岁,两组一般资料对比, $P > 0.05$ 。纳入标准:1.患者均为感染科肝病患者;2.符合《中国成人失眠诊断与治疗指南》^[5]中睡眠障碍诊断标准;3.具有正常的认知以及沟通交流能力。排除标准:1.合并其他系统病变;2.合并严重心脑血管疾病;3.中途退出此次研究。

1.2 方法

1.2.1 对照组方法

强化对于患者的病情监测,落实用药指导,饮食指导,睡眠护理以及康复锻炼等常规护理措施。

1.2.2 观察组方法

①明确高效的工作模式,针对现有的护理工作模式进行优化,融入责任制分层护理理念,构建以责任护理人员-高级护理人员-初级护理人员为基础的护理工作模式。其中责任护理人员负责落实对于患者的综合性评估,并结合评估结果构建全面的护理方案,同步负责监督相关护理措施的落实与执行。高级护理人员负责落实落实患者核心护理措施的落实,并指导低级护理人员开展护理工作。落实对于患者的全面护理,健康教育,心理护理以及针对性护理等干预措施。初级护理人员则负责落实基础以及日常护理措施,及时记录相关护理评价以及过程。

②开展对于患者的心理护理,倾听患者内心想法,予以适当的肯定与鼓励,明确患者情绪状态,引导患者主动诉说内心的感受,掌握其情绪状态,指导其正确的发泄内心的负性情绪,帮助患者正确的认识自身疾病以及所面临的问题,最大程度的提升其心理承受能力以及抗压能力,消除负性情绪。同时可与患者一同回忆人生中所遇见的困境,带领患者感受在面对此类困境时的心态以及克服此类困境的方式,为其总结成功经验,让患者的对自己重建起信心,与患者共同找寻能够帮助解决问题的体验,进一步改善患者心理状态。

③强化环境护理措施,对病发环境温度以及湿度进行针对性的调节,每日落实清洁消毒措施,保障病房的安静,舒适状态。予以患者音乐疗法,为其播放舒缓的音乐,以放松身心,睡前指导患者应用温水泡脚,饮用适量温牛奶,以改善其睡眠障碍情况。

④融入认知行为疗法,改善患者睡眠状态。首先遵循循证的原则,以肝病,肝病睡眠障碍,睡眠障碍护理

等为关键词,检索国内外文献平台,获取相关循证证据,以此为基础制作感染科肝病睡眠障碍健康知识手册,对患者进行发放,指导其落实初步的学习,促使其对于睡眠障碍,失眠以及自身疾病具有一定的认知,完成后再通过医护联合的模式开展深入宣教,为患者构建正确认知,提升自我效能,同时使其意识到自身行为与肝病睡眠障碍之间的联系。完成后落实对于患者的行为指导,首先在饮食方面,引导患者适当提升对于富含蛋白质以及维生素类型的食物的摄入,确保其具有足够的营养支持,晚饭避免过饱,饭后避免摄入浓茶或咖啡,餐后开展适量的运动训练。其次在日常生活习惯方面,引导患者控制日间睡眠时间,保持于45-60min左右,避免出现白天过度睡眠的情况,以改善夜间睡眠质量。在运动锻炼方面,在患者病情稳定后,引导患者开展适量的放松训练,知道其由节奏的摆动肢体,以放松身心,结合恢复情况,引导患者开展坐位训练以及抗阻运动。坐位训练的过程中,将床头适当抬升,放置软枕于患者背后,降低能力消耗。最后开展步行训练,引导其先进行床旁站立,再开展床旁缓慢行走。运动过程中对患者心率、血压等指标进行监测,遵循循序渐进的原则,以患者不感受到疲劳为宜。

1.3 观察指标

1.3.1 睡眠质量

应用多导睡眠图对患者睡眠状态进行监测,测定患者夜间觉醒次数、睡眠潜伏期、总睡眠时间以及入睡后觉醒时间。

1.3.2 睡眠药物使用情况

研究期间记录。

1.4 统计学方法

将数据纳入SPSS22.0软件中分析,计量资料比较采用 t 检验,并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, $P < 0.05$ 为差异显著,有统计学意义,数据均符合正态分布。

2 结果

2.1 两组睡眠质量

干预前两组对比无明显差异, $P > 0.05$,干预后观察组优于对照组, $P < 0.05$,如下表1所示。

2.2 两组睡眠药物使用情况

干预前两组对比无明显差异, $P > 0.05$,干预后观察组低于对照组, $P < 0.05$,如下所示:

干预前:对照组(2.51 ± 0.50)次/d,观察组(2.49 ± 0.50)次/d, $t = 0.112$, $P = 0.983$ 。

干预后:对照组(1.61 ± 0.46)次/d,观察组(1.05 ± 0.13)次/d, $t = 17.695$, $P = 0.001$ 。

表1 两组睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 例数 | 睡眠潜伏期 | | 总睡眠时间 | | 夜间觉醒次数 | | 入睡后觉醒时间 | |
|----------|----|--------------|--------------|----------------|----------------|-------------|-------------|--------------|-------------|
| | | 干预前 | 干预后 | 干预前 | 干预后 | 干预前 | 干预后 | 干预前 | 干预后 |
| 对照组 | 31 | (24.78±1.30) | (22.25±1.91) | (341.65±29.78) | (390.77±37.83) | (2.36±0.10) | (1.61±0.06) | (11.90±0.28) | (5.50±0.45) |
| | | min | min | min | min | 次 | 次 | min | min |
| 观察组 | 31 | (25.22±1.25) | (16.20±1.08) | (343.22±31.20) | (352.10±29.46) | (2.39±0.10) | (1.02±0.04) | (11.97±0.27) | (3.68±0.37) |
| | | min | min | min | min | 次 | 次 | min | min |
| <i>t</i> | -- | 0.209 | 5.320 | 0.226 | 13.124 | 0.231 | 16.712 | 0.239 | 13.510 |
| <i>P</i> | -- | 0.886 | 0.001 | 0.869 | 0.001 | 0.860 | 0.001 | 0.851 | 0.001 |

3 讨论

对于感染科肝病患者而言,其受到多方面因素的影响(包括环境,药物,疼痛以及疾病自身因素等),可促使患者睡眠障碍的发生率出现不同程度的提升,在患者出现睡眠障碍之后,同样可使其出现多样化的不良情绪,进一步影响患者心理状态,加剧患者病情,形成恶性循环,因而在实际对此类患者进行干预的过程中,不仅需要及时明确高效的护理措施,同时需求确保护理措施的全面性与针对性,兼顾对于患者心理,生理以及精神等层面的照护,才能够确保其病情状态及预后的改善^[6-7]。

此次研究发现,优质护理等方法可更好的改善患者睡眠质量以及睡眠药物使用情况。与杨小妹^[8]等人的研究基本一致。提示该护理模式可显著提升整体干预效果。分析其原因认为:优质护理区别于以往传统的护理模式,其更为凸显与患者为中心的理念,时刻围绕患者实际护理需求开展护理共组,保障了相关干预措施的全面性,针对性,规范性以及连续性。其次研究结合了责任制分层护理的理念,参照护理人员综合水平落实层级的划分,确保相关护理措施能够高效落实,保障了整体护理工作质量的提升^[9-10]。在实际落实的过程中,首先强化对于患者的心理护理,消除了患者内心不良情绪,避免此类情绪对患者睡眠状态产生影响。其次融入认知行为疗法,结合循证理念落实对于患者的健康教育,纠正患者认知,促使其认识到自身行为与疾病的关系,进而落实行为指导,纠正患者不良习惯,改善睡眠质量。最后配合环境护理,饮食指导,运动指导等多样化的干预措施,进一步改善患者睡眠障碍症状,确保整体干预效果的提升。

综上所述,优质护理可显著改善患者睡眠质量;睡眠药物使用情况以及生活质量,值得推广与应用。

参考文献

- [1] 刘然然,贾雯鼎,张开彦,等.基于 Swanson 关怀理论的护理干预在慢性肝病患者的应用[J].齐鲁护理杂志,2024,30(11):67-70.
- [2] 冯澳.基于护理结局分类系统的成人肝移植受者围术期护理方案构建及应用[D].青岛大学,2024.
- [3] 黄翠屏.人本干预改善中老年肝病患者的睡眠及生命质量的效果研究[J].世界睡眠医学杂志,2024,11(03):554-556.
- [4] 于宏坡,张玉凤,刘佳琦,等.优质护理用于肝病患者的护理中对其睡眠质量与生命质量的改善价值研究[C]//广东省肿瘤康复学会.2023 年华南康复医学与护理研究学术会议论文集.解放军总医院第五医学中心 I 期临床试验病房,;2023:42-45.
- [5] 中华医学会神经病学分会,中华医学会神经病学分会睡眠障碍学组.中国成人失眠诊断与治疗指南(2017 版)[J].中华神经科杂志, 2018, 51(5):324-335.
- [6] 程倩倩.68 例慢性肝病患者住院期间的睡眠影响因素调查及多元化护理干预[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(03):621-623+627.
- [7] 严碧芬.分析优质护理干预对肝病患者睡眠质量及生命质量的改善价值[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(01):192-194.
- [8] 杨小妹,廖丽平,蔡秋风.基于行为转变理论的护理模式对慢性肝病患者自我护理能力、睡眠质量的影响[J].中外医疗,2023,42(28):124-127,141.
- [9] 张月平.人本护理对老年肝病患者睡眠及生命质量影响[J].中国城乡企业卫生,2022,37(01):165-167.
- [10] 张文欣.睡眠障碍对终末期肝病患者病情及预后的影响[D].山西医科大学,2023.

版权声明: ©2025 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。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS