

探究保护性睡眠护理干预对新生儿高胆红素血症的护理效果

蔡宇¹, 王旭^{1*}, 杨雪², 胡秋平³

¹ 吉林大学第二医院 吉林长春

² 吉林省松原市前郭县前郭尔罗斯镇预防保健站 吉林松原

³ 吉林省松原市宁江区松原市中心医院(松原市儿童医院) 吉林松原

【摘要】目的 研究保护性睡眠护理干预措施针对新生儿高胆红素血症的临床护理成效。**方法** 本研究选取 2024 年 1 月至 12 月期间我院收治的 60 例高胆红素血症新生儿作为研究对象。依据随机对照研究设计原则, 将患儿均分为对照组与观察组, 每组各包含 30 例样本。对照组实施传统常规护理方案, 观察组则采用保护性睡眠护理干预策略。对比两组护理效果。**结果** 两组的新生儿在护理后均取得一定效果, 但观察组新生儿的黄疸指数、血清总胆红素含量均显著低于对照组 ($P<0.05$)。观察组新生儿的各项睡眠质量评分均优于对照组 ($P<0.05$)。观察组的不良反应发生率低于对照组 ($P<0.05$)。**结论** 针对高胆红素血症的新生儿群体开展保护性睡眠护理干预措施后, 已观察到显著的临床效果, 有较高应用价值。

【关键词】 高胆红素血症; 新生儿; 保护性睡眠护理干预; 睡眠质量

【收稿日期】2025 年 6 月 18 日

【出刊日期】2025 年 7 月 29 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250355

To explore the effect of protective sleep nursing intervention on neonatal hyperbilirubinemia

Yu Cai¹, Xu Wang^{1*}, Xue Yang², Qiuping Hu³

¹The Second Hospital of Jilin University, Changchun, Jilin

²Preventive Health Care Station, Qianguoerlos Town, Qianguo County, Songyuan, Jilin

³Songyuan Central Hospital (Songyuan Children's Hospital), Ningjiang District, Songyuan, Jilin

【Abstract】Objective Study the clinical nursing effectiveness of protective sleep care interventions for neonatal hyperbilirubinemia. **Methods** This study selected 60 newborns with hyperbilirubinemia admitted to our hospital from January to December 2024 as the research subjects. According to the principles of randomized controlled study design, the patients were divided into a control group and an observation group, with 30 samples in each group. The control group received traditional routine nursing care, while the observation group received protective sleep care intervention strategies. Compare the nursing effects of two groups. **Results** Both groups of newborns achieved certain results after nursing, but the jaundice index and serum total bilirubin content of the observation group were significantly lower than those of the control group ($P<0.05$). The sleep quality scores of the observation group newborns were better than those of the control group ($P<0.05$). The incidence of adverse reactions in the observation group was lower than that in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** After implementing protective sleep care interventions for newborns with hyperbilirubinemia, significant clinical effects have been observed and have high application value.

【Keywords】 Hyperbilirubinemia; Neonate; Protective sleep nursing intervention; Sleep quality

新生儿高胆红素血症, 又称新生儿黄疸, 是新生儿期常见的代谢异常疾病。其发病机制复杂, 与胆红素代谢障碍、胎粪排泄延迟、感染等多种因素有关^[1]。高胆红素血症不仅影响新生儿的外观, 还可能对神经系

统造成损害, 严重时甚至导致核黄疸, 危及患儿生命^[2]。因此, 及时有效的治疗和护理对于改善预后至关重要。保护性睡眠护理干预作为一种新型护理模式, 旨在通过优化新生儿的睡眠环境、调整睡眠姿势、减少干扰因

作者简介: 蔡宇 (1997-) 女, 吉林省农安人, 汉, 本科, 职称: 护师, 研究方向: 新生儿护理;

*通讯作者: 王旭

素等方式,提升睡眠品质,以推动病情的恢复进程。本研究致力于探索保护性睡眠护理干预在新生儿高胆红素血症护理中的实际成效。

1 对象和方法

1.1 对象

选取 2024 年 1 月至 12 月期间,我院收治的 60 例高胆红素血症新生儿作为研究样本。采用随机对照原则将 60 例新生儿分为对照组(30 例,男 16 例,女 14 例,年龄:2-10d,平均年龄:5.61±3.30d)和观察组(30 例,男 17 例,女 13 例,年龄:2-11d,平均年龄:5.90±3.29d)。纳入标准:(1)符合新生儿高胆红素血症诊断和治疗专家共识里制订的诊断要求^[3];(2)研究对象为足月产新生儿;(3)新生儿 Apgar 评分超过 7 分;(4)患儿家长已充分了解本研究内容并自愿参与。排除标准如下:(1)患有感染性疾病;(2)合并患有恶性肿瘤。两组新生儿的基本信息进行比较,结果显示没有统计学上的显著差异($P>0.05$)。本项研究符合“赫尔辛基宣言”,本研究不违反国家法律法规,符合医学伦理原则。

1.2 方法

1.2.1 常规护理方法

对照组实施常规护理措施,具体涵盖:持续监测患儿生命体征,密切观察其面色、呼吸状态及病情演变,遇异常即刻通知医生处置;对患儿家属开展疾病知识宣教,增强其对疾病的认知,并指导家属按时为患儿服药;推广母乳喂养,以补充患儿所需维生素;营造整洁卫生的病房环境,合理调控室内温湿度,并定期开窗通风,勤换被单。

1.2.2 保护性睡眠护理干预

观察组在常规护理基础上实施保护性睡眠护理干预,具体措施如下:①首先,将室内温度稳定维持在 22-24℃这一舒适的温度区间。同时,利用加湿器或除湿器灵活调节室内湿度,使其保持在 50%-60%范围,这样的湿度环境能有效减少新生儿呼吸道黏膜的干燥感,促进呼吸顺畅。白天,模拟自然光环境,提供柔和而充足的光线,有助于新生儿建立正常的生物钟;夜晚,则自动切换至低亮度、暖色调的夜间模式,营造出类似子宫内

的昏暗环境,减少光线对新生儿视觉系统的刺激,促进褪黑素分泌,帮助其更快进入深度睡眠状态。此外,严格控制病房内的噪音水平,采取隔音材料装修墙面、地面,并规定医护人员及家属在特定时间段内保持轻声细语,使用静音设备进行日常护理操作,为新生儿打造一个宁静的睡眠空间,有效减少噪音对其睡眠的干扰。②在睡前,采用温水为患儿进行全身擦拭,并配合抚触手法,以促进患儿更快进入睡眠状态。同时,需持续监测患儿的生命体征变化。若患儿出现哭闹、惊醒等表现,应立即抱起患儿,检查是否因排便导致不适,如有排便则应及时更换尿不湿,确保患儿身体清洁与舒适。可通过轻柔摇晃、缓慢走动等方式安抚患儿,同时轻抚其头部、手脚,轻拍背部和胸部,亦可哼唱童谣辅助患儿入睡。③根据患儿实际状况,适时调整其体位,使其保持仰卧姿势,头部略微倾斜偏向一侧,并每隔 3 小时更换头部偏置方向。采用“鸟巢”式的襁褓包裹患儿,以此增强患儿的安全感。④在新生儿睡眠期间,尽量减少不必要的护理操作,如更换尿布、测量体温等,以减少对新生儿的干扰。⑤向家长普及新生儿高胆红素血症的相关知识,指导其正确护理新生儿,包括喂养、观察病情等。

1.3 观察指标

对两组新生儿的黄疸指数、血清总胆红素含量、睡眠质量评分以及不良反应出现概率展开对比分析。其中,睡眠质量评估借助简明婴儿睡眠问卷实施,该问卷内容涉及新生儿夜间睡眠时长、白天睡眠时长以及夜间觉醒频次等方面。

1.4 统计学分析

对数据进行统计学分析时采用 SPSS 20.0 软件。在处理计量资料时,选用了均数±标准差($\bar{x}\pm s$)的形式进行描述。并通过执行 t 检验来评估两组数据间的差异情况;使用百分比(%)来表示计数数据,通过 χ^2 检验来分析各组之间的差异。当 P 值小于 0.05 时,意味着数据之间存在统计学上的显著区别。

2 结果

2.1 黄疸指数、血清总胆红素水平比对

经对比分析发现,观察组新生儿的黄疸指数以及血清总胆红素含量均低于对照组($P<0.05$),见表 1。

表 1 黄疸指数、血清总胆红素水平比对 ($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	黄疸指数 (mg/dl)	血清总胆红素水平 (umol/L)
观察组	30	13.63±1.25	162.74±21.56
对照组	30	14.76±1.28	180.28±21.67
t	-	3.459	3.143
P	-	0.001	0.003

2.2 睡眠质量评分比对

在睡眠质量方面, 观察组新生儿的各项评分均优于对照组 ($P<0.05$), 见表 2。

2.3 不良反应发生率比对

观察组的不良反应发生率低于对照组 ($P<0.05$), 见表 3。

表 2 睡眠质量评分比对 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	夜间睡眠时间 (h)	白天睡眠时间 (h)	夜间醒次数 (次)
观察组	30	9.46±1.81	9.03±2.67	2.77±0.39
对照组	30	10.63±1.74	10.47±2.56	3.05±0.43
<i>t</i>	-	2.552	2.132	2.642
<i>P</i>	-	0.013	0.037	0.011

表 3 不良反应发生率比对[n,(%)]

组别	例数	呕吐	皮损	发热	腹泻	总发生率
观察组	30	0	1	0	1	2 (6.67)
对照组	30	2	3	1	2	8 (26.67)
χ^2	-					4.320
<i>P</i>	-					0.038

3 讨论

高胆红素血症作为一种典型的胆红素代谢紊乱疾病, 在新生儿群体中呈现出较高的发病率, 其不仅可能引发一系列短期健康问题, 如黄疸加重、肝功能损伤, 更可能对患儿的长期神经发育及身心健康造成不可逆的影响。因此, 在临床实践中, 早期识别与及时干预显得尤为重要, 通过精准的诊疗策略有效缓解患儿的临床症状, 成为改善预后的关键。深入探究其发病机制, 新生儿高胆红素血症的致病因素错综复杂, 既包括母体因素如妊娠期高血压、糖尿病等并发症对胎儿代谢环境的干扰, 也涉及分娩过程中的突发状况, 如羊水污染、胎儿宫内窘迫等, 这些因素均可能直接或间接导致新生儿体内胆红素生成过多或排泄障碍, 进而引发高胆红素血症^[4]。新生儿各器官系统功能尚未完善, 尤其是肝脏处理胆红素的能力有限, 加之他们无法像成人那样通过语言准确表达自身不适, 使得疾病的早期发现与治疗面临更大挑战。面对这一系列难题, 现代医学强调多学科协作与个体化治疗方案的制定, 旨在通过综合评估患儿的具体病情、病因及家庭状况, 采用光疗、药物治疗乃至换血疗法等手段, 精准施治, 以期在最小化副作用的同时, 最大程度地保护患儿的神经系统发育, 促进其健康成长。同时, 加强孕期保健、提高分娩技术、普及新生儿黄疸筛查等预防措施, 也是降低高胆红素血症发生率、减轻其社会负担的重要途径。

本研究结果显示, 观察组新生儿的黄疸指数与血清总胆红素水平平均低于对照组 ($P<0.05$), 表明保护

性睡眠护理可降低高胆红素血症患儿的黄疸指数及血清胆红素水平。王秀菊等人^[5]的研究也指出, 相较于常规干预, 保护性睡眠护理能降低黄疸患儿的胆红素水平, 缩短黄疸持续与消退时间, 减少哭闹频次, 延长总睡眠时间。新生儿期培养良好好睡眠习惯, 助力其适应昼夜节律变化, 对促进生长激素分泌、减少热量消耗、满足生长发育需求至关重要^[6]。睡眠质量不佳可影响血液中胆红素浓度, 而保护性睡眠护理通过延长新生儿睡眠时间、提升睡眠质量, 加速游离胆红素疏散与基础代谢, 进而降低血清总胆红素与直接胆红素水平, 缓解黄疸症状。保护性睡眠护理能有效安抚患儿不良情绪, 保障睡眠质量, 促进生长发育。本研究结果显示, 观察组各项睡眠质量评分均优于对照组 ($P<0.05$), 提示保护性睡眠护理有助于提升高胆红素血症患儿的睡眠质量。该护理方式依据患儿病情、个体差异及睡眠障碍程度实施, 通过改善睡眠环境、体位护理等手段, 为患儿营造安全舒适的睡眠环境, 助其更快入睡、延长睡眠时间, 进一步提升睡眠质量。此外, 本研究还发现观察组不良反应发生率低于对照组 ($P<0.05$), 表明保护性睡眠护理能减少高胆红素血症患儿的不良反应。新生儿大脑处于快速发育期, 保护性睡眠护理可维护患儿睡眠状态, 促进脑部血液循环与生长激素分泌, 推动神经系统与体格发育。为患儿营造良好治疗环境, 规避影响睡眠质量的外部因素, 可确保其获得充足睡眠, 稳定治疗效果, 加速病情康复, 降低不良反应发生率^[7]。

综上, 对高胆红素血症新生儿患儿实施保护性睡

眠护理干预取得明显效果,可显著提升新生儿的睡眠质量,降低其黄疸指数和血清总胆红素水平以及不良反应发生率,有较高应用价值。

参考文献

- [1] 王芳侠,储节云,张少侠,等. 保护性睡眠护理在新生儿高胆红素血症中临床疗效的分析[J]. 中国实用护理杂志, 2020, 36(22):1736-1740.
- [2] 梁勤. 保护性睡眠护理在新生儿高胆红素血症治疗中的应用效果研究[J]. 科技与健康,2023,2(14):104-107.
- [3] 中华医学会儿科学分会新生儿学组,《中华儿科杂志》编辑委员会. 新生儿高胆红素血症诊断和治疗专家共识[J]. 中华儿科杂志,2014,52(10):745-748.
- [4] 茆晶晶,杨廷廷,周慧慧,等. 舒适护理结合保护性睡眠护

理在高胆红素血症患儿中的应用效果[J]. 中西医结合护理(中英文),2024,10(3):13-16.

- [5] 王秀菊,孟俊君. 保护性睡眠护理在新生儿高胆红素血症中临床疗效的研究[J]. 世界睡眠医学杂志,2021,8(2):298-299.
- [6] 钟艳玲.蓝光照射仪联合保护性睡眠护理在新生儿高胆红素血症中的应用效果[J].医疗装备,2022,35(20):154-156.
- [7] 原晓.保护性睡眠护理在新生儿高胆红素血症护理中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2025,4(05):144-147.

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