

睡眠质量对正颌患者术后康复与生活质量的影響

翟原, 宁丹飞, 姚冬月*

吉林大学口腔医院 吉林长春

【摘要】目的 探讨睡眠质量对正颌患者术后康复与生活质量的影响。**方法** 选取 2023 年 3 月-2024 年 2 月在我院治疗的正颌术后患者 100 名作为研究对象, 采用匹兹堡睡眠质量指数量表 (PSQI) 进行睡眠质量评估, 按照评估结果分为低睡眠质量组 (PSQI 评分 >7 分, $n=35$) 与高睡眠质量组 (PSQI 评分 ≤ 7 分, $n=65$), 对比两组手术情况。**结果** 高睡眠质量组与低睡眠质量组围术期情况指标均具有统计学意义 ($P<0.05$), 且高睡眠质量组优于低睡眠质量组; 术后 3 个月 QLQ-C30 评分差异均具有统计学意义 ($P<0.05$), 且高睡眠质量组优于低睡眠质量组。**结论** 良好的睡眠质量能缓解正颌术后早期疼痛, 减少术中出血, 促进早期下床活动, 有利于改善术后生活质量。

【关键词】 睡眠质量; 正颌患者; 术后康复; 生活质量

【收稿日期】2025 年 5 月 19 日

【出刊日期】2025 年 6 月 22 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250326

The impact of sleep quality on postoperative rehabilitation and quality of life of orthognathic patients

Yuan Zhai, Danfei Ning, Dongyue Yao*

Jilin University Stomatological Hospital, Changchun, Jilin

【Abstract】Objective To explore the impact of sleep quality on postoperative rehabilitation and quality of life of orthognathic patients. **Methods** 100 patients who underwent orthognathic surgery in our hospital from March 2023 to February 2024 were selected as the research subjects. The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) was used to evaluate their sleep quality. According to the evaluation results, they were divided into a low sleep quality group (PSQI score >7 , $n=35$) and a high sleep quality group (PSQI score ≤ 7 , $n=65$), Compare the surgical outcomes of two groups. **Results** The perioperative indicators of both the high sleep quality group and the low sleep quality group were statistically significant ($P<0.05$), and the high sleep quality group was superior to the low sleep quality group; The difference in QLQ-C30 scores at 3 months after surgery was statistically significant ($P<0.05$), and the high sleep quality group was better than the low sleep quality group. **Conclusion** Good sleep quality can alleviate early postoperative pain, reduce intraoperative bleeding, promote early mobilization, and improve postoperative quality of life.

【Keywords】 Sleep quality; Orthognathic patients; Postoperative rehabilitation; Quality of life

正颌手术作为一类复杂且精细的颌面外科手术, 旨在改善患者的颌面畸形, 提升咬合功能及面部美观度。然而, 手术的成功不仅取决于精湛的手术技巧和合理的术后护理, 还深受患者术后生活质量, 尤其是睡眠质量的影响。睡眠质量作为评估个体健康状态的重要指标, 不仅关乎患者的精神状态和心理情绪, 更直接影响到机体的生理机能和免疫系统。对于正颌手术患者而言, 术后恢复期的睡眠质量尤为重要。手术带来的疼痛、不适以及心理压力, 往往导致患者睡眠质量下降,

进而引发一系列连锁反应, 影响康复进程和生活质量。本研究中, 即分析了睡眠质量对正颌患者术后康复与生活质量的影响, 具体报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

选取 2023 年 3 月-2024 年 2 月在我院治疗的正颌术后患者 100 名作为研究对象, 按照患者睡眠质量分为低睡眠质量组 35 例和高质量睡眠组 65 例。对照组中含男性患者 23 例, 女性患者 12 例; 年龄区间 19~53

*通讯作者: 姚冬月

岁, 均值 (27.66 ± 3.46) 岁。观察组中含男性患者 43 例, 女性患者 22 例; 年龄区间 20~56 岁, 均值 (27.41 ± 3.27) 岁。患者组间基本情况对比差异不存在统计学意义 ($P > 0.05$)。研究经患者知情批准。我院医学伦理委员会对研究内容知情批准。

1.2 方法

对所有患者进行睡眠质量评估, 采用 PSQI 匹兹堡睡眠质量评估量表 (Pittsburgh sleep quality index, PSQI) 评估研究纳入 100 例患者睡眠质量情况。根据患者得分情况将其纳入低质量睡眠组 (PSQI 评分 > 7 分), 含 35 例; 高质量睡眠组 (PSQI 评分 ≤ 7 分), 含 65 例。记分组后观察记录两组临床情况。

1.3 观察指标

(1) 比较两组患者临床指标, 含围术期中失血量、术后进食量、早期下床活动时间、术后第 1 天~第 3 天疼痛情况。其中疼痛情况采用数字分级疼痛评分法 (NRS) 评估, 分数与患者疼痛为正相关。

(2) 对比两组术后 3 个月生命质量, 采用 QLQ-

C30 生命质量测定表评估患者躯体功能、角色功能、情感功能及生命质量情况。分数与患者生命质量为正相关。

1.4 统计学分析

使用 SPSS23.0 软件处理研究数据, t 和 “ $\bar{x} \pm s$ ” 表示计量资料, χ^2 和 % 表示计数资料, $P < 0.05$ 时两组数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 临床情况对比

高睡眠质量组与低睡眠质量组围术期中失血量、术后进食量、早期下床活动时间、术后第 1 天~第 3 天疼痛评分差异具有显著性, 具有统计学意义 ($P > 0.05$), 且高睡眠质量组优于低睡眠质量组, 如表 1。

2.2 生活质量对比

术后 3 个月 QLQ-C30 评分躯体功能、角色功能、情感功能及生命质量综合评分差异具有显著性, 具有统计学意义 ($P < 0.05$), 且高睡眠质量组优于低睡眠质量组, 如表 2。

表 1 观察组和对照组的临床情况对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	术中失血量 (ml)	术后进食量 (ml)	早期下床活动时间 (h)	NRS (分)		
				术后 1d	术后 2d	术后 3d
高睡眠质量组 (n=65)	497.03 $\pm$ 38.88	2459.49 $\pm$ 646.14	18.05 $\pm$ 19.74	3.01 $\pm$ 0.75	2.01 $\pm$ 1.03	1.73 $\pm$ 0.64
低睡眠质量组 (n=35)	521.66 $\pm$ 47.72	1693.16 $\pm$ 382.77	20.62 $\pm$ 22.04	3.83 $\pm$ 1.05	3.42 $\pm$ 1.13	2.44 $\pm$ 0.75
t	2.787	6.427	2.219	4.517	6.310	4.979
P	0.006	0.001	0.029	0.001	0.001	0.001

表 2 观察组和对照组的生命质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	躯体功能 (分)	角色功能 (分)	情感功能 (分)	生命质量综合评分 (分)
高睡眠质量组 (n=65)	88.84 $\pm$ 8.85	84.45 $\pm$ 8.40	86.17 $\pm$ 8.17	87.32 $\pm$ 8.30
低睡眠质量组 (n=35)	79.18 $\pm$ 7.32	75.13 $\pm$ 7.32	72.11 $\pm$ 7.22	80.81 $\pm$ 8.17
t	5.517	5.528	8.539	3.761
P	0.001	0.001	0.001	0.001

3 讨论

正颌手术, 作为一种复杂的口腔颌面外科手术, 旨在通过外科手术和口腔正畸学方法联合矫治牙颌面畸形, 帮助患者恢复正常面貌和生理功能。然而, 手术的成功并非终点, 术后的康复过程同样至关重要, 其中阶段扮演着不可忽视的角色。

3.1 睡眠质量与围术期中失血量

手术过程中, 患者的生理状态, 尤其是睡眠质量, 可能间接影响术中的出血量。虽然直接因果关系尚未

明确, 但良好的睡眠有助于调节患者的身体机能, 减少应激反应, 从而在一定程度上可能减少术中失血。相反, 长期睡眠不足可能导致身体机能下降, 增加手术风险。

3.2 睡眠质量与术后进食量

正颌术后, 患者往往面临进食困难的问题, 这主要是由于口腔内的伤口和颌间固定装置限制了口腔活动。此时, 良好的睡眠质量显得尤为重要。充足的睡眠有助于调节患者的食欲和消化功能, 促进术后进食量的恢复。相反, 睡眠不足可能导致患者食欲不振, 影响营养

摄入,进而影响术后康复。因此正颌术后,患者需要遵循特定的饮食规范,以流食、半流,逐步过渡到正常饮食。这一过程中,充足的睡眠能够改善患者的消化功能,促进食欲,从而确保患者能够摄入足够的营养,支持术后恢复。

3.3 睡眠质量与早期下床活动时间

早期下床活动是正颌术后康复的重要组成部分,有助于促进血液循环,减少并发症。然而,术后疼痛和身体不适往往限制了患者的活动能力。良好的睡眠质量可以缓解疼痛,减轻身体不适,从而提高患者早期下床活动的意愿和能力。相反,睡眠不足可能加重疼痛感和身体不适,延缓康复进程。

3.4 睡眠质量与术后疼痛情况

术后疼痛是正颌术后患者常见的症状之一,它不仅影响患者的舒适度,还可能影响睡眠质量和心理状态。良好的睡眠有助于身体分泌生长激素,加速组织修复,同时增强免疫功能,使患者更好地对抗感染。而睡眠不足则可能导致患者术后疼痛敏感度增加,恢复速度减慢。在正颌手术后,92.5%的患者存在睡眠紊乱及异常,这不仅影响患者的精神状态,更阻碍了身体的自我修复。身体恢复,促进组织修复,增强免疫功能,而睡眠质量不佳则会延长康复周期,增加术后并发症的发生概率。充足的睡眠有助于调节身体的疼痛感知机制,减轻疼痛感。此外,通过护理干预,如分级镇痛、环境优化等,也可以进一步改善患者的睡眠质量,从而减轻术后疼痛。

3.5 睡眠质量与生活质量

除了直接影响术后康复的各个方面外,睡眠质量还对患者的生活质量产生深远影响。良好的睡眠有助于调节情绪、提高精神状态,从而增强患者面对术后挑战的信心和勇气。相反,长期睡眠不足可能导致情绪低落、焦虑不安等心理问题,严重影响患者的生活质量。

综上所述,睡眠质量对正颌患者术后康复与生活质量的影

响不容忽视。为了促进患者的术后康复和提高生活质量,医护人员应重视患者的睡眠问题,通过护理干预等措施改善患者的睡眠质量。同时,患者自身也应积极调整作息习惯,为术后康复打下坚实的基础。

参考文献

- [1] 王璐,杨国勇,胡岩同,等. 正颌术后患者麻醉恢复室留观期间睡眠质量影响因素的调查与分析[J]. 现代口腔医学杂志,2020,34(3):187-188.
- [2] 苏采玲. 心理护理联合健康教育对口腔颌面部肿瘤术后患者负性情绪、睡眠质量及生命质量的影响分析[J]. 世界睡眠医学杂志,2023,10(1):143-145.
- [3] 夏滴,何美娟,俞蕾蕾,等. 青少年颞下颌关节盘前移位患者的睡眠质量及其影响因素调查[J]. 口腔疾病防治,2023,31(10):739-744.
- [4] 范君乐,候徐旭,姚志涛,等. 护理审美指导对正颌手术患者面部轮廓美学及心理状态的影响[J]. 中国美容医学,2025,34(2):66-69.
- [5] 李萍,朱耀旻,朱艳艳. 颞下颌关节盘复位锚固+正颌+颏成形同期手术患者 1 例的护理体会[J]. 护理与康复,2022,21(7):66-67.
- [6] 于晓霞. 个体化针对性护理在牙颌面畸形正颌手术患者中的效果观察及对焦虑抑郁情绪的影响[J]. 医学食疗与健康,2022,20(14):142-145.
- [7] 李蓓. 全程优质护理对正颌正畸联合治疗的牙颌面畸形患者的效果[J]. 医学信息,2023,36(16):166-168.
- [8] 李慧川,王烨华. 基于 ADOPT 问题解决模式的个体化护理对正颌手术患者心理健康和适应能力的影响[J]. 中华现代护理杂志,2020,26(2):247-251.

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