

集束化护理策略对重症监护室患者睡眠质量的影响分析

崔洁, 章蕾*

上海市杨浦区中心医院 上海

【摘要】目的 讨论集束化护理策略对重症监护室患者睡眠质量的影响分析。**方法** 选择我院收治的 36 例重症监护室患者 (2023.4-2024.4), 按照随机分组方式分为 2 组均 18 例, 对照组行常规护理, 实验组行集束化护理策略, 收集与比较两组护理后的资料: 匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI)、护理满意度评价表。**结果** 经护理后, 实验组匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI) 均高于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$); 实验组护理满意度评价表均高于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$); **结论** 给予重症监护室患者集束化护理策略, 能够有效提升患者的睡眠质量, 提升护理的满意度。

【关键词】 集束化护理; 重症监护室; 睡眠质量

【收稿日期】 2024 年 9 月 19 日

【出刊日期】 2024 年 10 月 28 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20240329

Analysis of the impact of bundle nursing strategies on sleep quality of intensive care unit patients

Jie Cui, Lei Zhang*

Yangpu District Central Hospital, Shanghai

【Abstract】Objective To discuss the impact of bundled nursing strategies on the sleep quality of patients in intensive care units. **Methods** 36 intensive care unit patients (2023.4-2024.4) admitted to our hospital were selected and randomly divided into two groups, with 18 patients in each group. The control group received routine nursing care, while the experimental group received bundled nursing strategies. The data of the two groups after nursing care were collected and compared: Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and Nursing Satisfaction Evaluation Form. **Results** After nursing care, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) of the experimental group was higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$); The nursing satisfaction evaluation table of the experimental group was higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$); **Conclusion** Providing intensive care unit patients with bundled nursing strategies can effectively improve their sleep quality and enhance nursing satisfaction.

【Keywords】 Bundle nursing; ICU; sleep quality

重症监护室是将病危的患者进行集中, 对其进行加强综合性护理, 具有治疗、护理、康复等于一体的综合病房。为重症患者、昏迷患者提供了更加安全的隔离场所、先进的医疗设备, 更加能够保障患者的生命安全。虽然重症监护室提升了治疗环境与设备, 但是在患者治疗的过程中依旧离不开专业的护理, 良好的技术保障、环境保障需要与人力保障相结合才能够促进患者快速康复。集束化护理更适用于针对特殊群体、疾病状态进行综合性护理的模式, 能够将多个有效的护理措施, 进行融合与组合, 提高护理的质量与安全性。为保

障患者的护理效果提升患者的护理质量^[1]。基于此本文对集束化护理策略对重症监护室患者睡眠质量的影响分析做出研究。现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院收治的 36 例重症监护室患者 (2023.4-2024.4), 按照随机分组方式分为 2 组均 18 例。对照组男 10 例, 女 8 例, 年龄 41~73 (55.89±5.71) 岁, 实验组男 9 例, 女 9 例, 年龄 41~77 岁 (57.29±6.02) 岁。两组一般资料进行对比, 无统计学意义 ($P>0.05$)

*通讯作者: 章蕾

具有可比性。

纳入标准: 符合 ICU 治疗标准; 住院时间 ≥ 5 d; 伴有睡眠障碍; 患者及其家属知情并同意本次研究。

排除标准: 合并严重的精神障碍、语言障碍者。

1.2 方法

对照组采用常规治疗方式, 具体实施方法如下:

日常监测患者的生命体征, 每日对患者进行呼吸道、饮食、体位等护理, 监测患者的睡眠质量与日间状态。

实验组在对照组基础上采用集束化护理策略, 具体实施方法如下:

(1) 组建集束化小组, 由护士长带领 5 名骨干护士, 工作年限 > 5 年, 经过统一培训和护理, 涉及到集束化护理含义、运用方式、患者疾病知识、ICU 护理的要点等, 经过培训和考核合格后。共同进行进行集束化护理计划制定, 依据患者的病情、性格特点、睡眠信息、家庭背景等进行个性化护理^[2]。

(2) 人文与心理护理: 建立以人文本的核心护理理念, 重视患者的需求与知情权。进行诊疗的过程过, 与患者及其家属详细沟通患者的病情、解释检查的意义与结果并对下一步方向进行指导。患者及其家属具有疑问的时候进行耐心的讲解, 护理的过程过尊重患者的隐私, 减少患者隐私部位长期暴露的时间, 护理结束后, 及时进行遮盖, 并与患者沟通, 减少患者异常感受。针对患者存在焦虑抑郁等心理时, 进行 1 对 1 的沟通与引导, 帮助患者了解疾病的状况, 举例说明成功案例, 较为严重的患者可用过联合多方进行治疗, 如心理治疗师等^[3]。

(3) 疼痛护理, 先通过疼痛评估的工具了解患者的疼痛情况, 再根据实际情况进行疼痛护理。护理人员考虑患者病因、病情、疼痛位置等选择合适的方法, 患者由于炎症、感染轻, 告知医生进行会诊, 根据医嘱进行用药, 用药时需要对患者的身体状况以及预估风险等进行评定, 用药后监测患者的生命体征、不良反应、镇痛效果等。使用非药物护理时, 如物理疗法、心理疗法、认知疗法等, 结合患者实际疼痛的情况进行选择, 尽量将患者的痛苦降低。

(4) 睡眠护理, 观察患者的睡眠情况和日间状态, 采用睡眠评价量表, 了解患者的睡眠障碍, 与患者进行沟通, 了解其睡眠障碍的原因, 如疼痛、心理因素等, 耐心听完患者的问题, 并对患者进行疏导。环境改善: 降低环境中的噪音, 夜间时间提醒他人轻声走动、讲话、调低电话音量等, 使用眼罩或者耳塞等, 开窗通风, 使室内空气保持新鲜, 减少夜间的护理, 避免打扰患者睡眠, 引导患者保持良好的体位进入睡眠。患者入睡困难的患者, 可使用音乐疗法或者按摩疗法进行辅助, 睡眠播放轻音乐或者头部按摩放松神经快速入睡^[4]。

(5) 定期宣教工作, 将一对一或者群组的宣教方式进行结合, 提升患者的依从性。日常时间中与患者进行一对一的沟通与交流, 通过谈话的方式逐渐提升患者的认知, 定期组织患者及其家属进行群体性认知提升, 涉及到疾病相关知识、ICU 护理的内容、配合事项, 与患者进行互动, 回答患者的问题。

对照组

1.3 观察指标

(1) 睡眠量表 采用匹兹堡睡眠质量指数 (Pittsburgh sleep quality index, PSQI) 评定患者的睡眠质量, 由 24 个条目, 4 级评分法, 每个维度分值为 0~3 分, 包含睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠障碍及日间功能, 得分越高表示睡眠质量越差。

(2) 护理满意度评价表 采用本院自制的护理评价表, 非常满意 > 95 分; 比较满意 80~94 分; 一般满意 60~79 分; 不满意 < 60 分。

1.4 统计学方法

本次研究的所有数据均纳入 SPSS28.0 软件中进行比较分析, 对于计数资料和计量资料的检验, 分别用 χ^2 和 t 进行, 分别用百分占比 (%) 和 (平均数 \pm 标准差) 表示, 若 ($P < 0.05$) 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理后匹兹堡睡眠质量指数对比 具有统计学意义 ($P < 0.05$), 见表 1

2.2 两组患者护理后护理满意度对比 具有统计学意义 ($P < 0.05$), 见表 2

表 1 匹兹堡睡眠质量指数 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠障碍	日间功能
实验组	18	0.91 \pm 0.51	0.82 \pm 0.36	0.84 \pm 0.37	1.14 \pm 0.31	0.35 \pm 0.07
对照组	18	1.71 \pm 0.77	1.88 \pm 0.71	1.31 \pm 0.66	1.62 \pm 0.53	0.71 \pm 0.17
t	-	3.675	5.649	3.756	3.316	8.307
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

表 2 护理满意度[n,(%)]

组别	例数	非常满意	比较满意	一般满意	不满意	总满意率
实验组	18	14 (77.77)	3 (16.66)	0 (0.0)	1 (5.5)	17 (94.44)
对照组	18	10 (55.55)	2 (11.11)	2 (11.11)	4 (22.22)	14 (77.77)
χ^2	-	-	-	-	-	11.5437
<i>P</i>	-	-	-	-	-	0.001

3 讨论

ICU 患者长期卧床, 但是其休息质量与睡眠的质量相较于普通患者而言, 质量相差很多。虽然患者长期卧床, 但是精神一直处于混乱状态, 由于伴有病痛等折磨导致神经紧张无法进行放松。夜间身边会存在光源刺激、声音刺激等容易导致患者长期无法进行深度的睡眠与休息, 长期的睡眠不足容易引起患者出现精神错乱导致谵妄等疾病或者身体得不到休息导致恢复效果慢, 因此给予患者专业的睡眠护理是非常重要的措施^[5]。

集束化护理是将若干个重要的护理内容进行融合, 根据对 ICU 患者的计划与分析, 本次护理通过对患者的心理、睡眠、疼痛、认知等几个维度进行护理。选择以上维度, 是经过大量的经验发现, 该护理问题一直围绕着患者, 对患者的身体机能产生了较大的影响^[6]。通过心理护理能够缓解患者消极的情绪, 提升给患者对抗疾病的信心, 增加内心动力, 更加能够积极主动配合治疗^[7]。睡眠护理, 长期睡眠不足或者障碍严重影响了患者的身体, 采用了环境、物理等方式进行缓解患者的睡眠, 为患者身体运行以及康复提供保障。疼痛护理, 通过药物或者物理疗法缓解患者的疼痛, 减轻患者身体上的障碍, 提升患者的认知更有利于提升患者的依从性^[8]。据研究结果显示, 实验组匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI) 均高于对照组, 护理满意度评价表均高于对照组 ($P < 0.05$), 分析原因为: 成立集束化护理小组, 将影响患者的问题进行集束化护理, 更加具有针对性, 更利于患者恢复。

综上所述, 使用集束化护理策略能够提升重症监护室患者睡眠质量, 改善患者睡眠, 同时能够提高护理满意度。

参考文献

- [1] 朱丽吉, 彭俊, 余洁. 集束化护理干预对急诊重症监护室机械通气患者呼吸机相关性肺炎的预防效果研究[J]. 中外医疗, 2024, 43(20): 181-184.
- [2] 乔磊. 分析集束化护理策略对重症监护室患者睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2024, 11(04): 905-908.
- [3] 林艳, 黄丽玲. 集束化护理在急诊重症监护室 ICU 综合征患者中的干预分析[J]. 黑龙江中医药, 2023, 52(03): 237-239.
- [4] 吕运好, 明建青, 刘容. 集束化护理干预对 ICU 清醒患者睡眠障碍的影响[J]. 黑龙江中医药, 2022, 51(02): 182-184.
- [5] 陈明珠. 观察集束化护理模式对重症监护室患者睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8(10): 1809-1810.
- [6] 张婉婷. 集束化护理模式对重症监护室患者睡眠障碍的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8(10): 1817-1818.
- [7] 马金良, 郝俊萍. 集束化护理对呼吸重症监护室重症肺炎患者睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2021, 8(06): 1067-1068.
- [8] 罗小红. 集束化护理在 ICU 综合征中的应用对其改善不良心理及促进康复的研究[J]. 黑龙江中医药, 2021, 50(03): 343-344.

版权声明: ©2024 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