

# Investigation on Sleep Quality of Inpatients in Thoracic Surgery and Analysis of Influencing Factors

Yi Zheng

Department of Thoracic Surgery, Union Hospital, Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Wuhan, Hubei, 430022, China

## Abstract

**Objective:** To investigate the sleep quality of inpatients in thoracic surgery and its influencing factors, and to explore suitable nursing intervention methods for patients in thoracic surgery. **Methods:** The Pittsburgh Sleep Quality Index (Pittsburgh Sleep Quality Index, PSQI) was used to investigate the inpatients. **Results:** 64% of neurology inpatients had sleep quality problems. The main influencing factors were disease factors, psychological factors, environmental factors, iatrogenic factors and changes in living habits. **Conclusion:** Most inpatients in thoracic surgery have sleep problems of varying degrees, medical staff should pay great attention to them and take effective measures to reduce insomnia rate and improve sleep quality.

## Keywords

sleep disorders; thoracic surgery; nursing intervention; cause analysis

## 胸外科住院病人睡眠质量调查及影响因素分析

郑毅

华中科技大学同济医学院附属协和医院胸外科, 中国·湖北 武汉 430022

## 摘要

**目的:** 调查胸外科住院病人的睡眠质量及其影响因素, 并探究适合应用于胸外科病人的护理干预方法。**方法:** 采用匹兹堡睡眠质量指数 (Pittsburgh Sleep Quality Index, PSQI) 量表对住院病人进行调查。**结果:** 64% 的神经内科住院病人有睡眠质量问题, 其主要的影响因素为疾病因素、心理因素、环境因素、医源性因素和生活习惯的改变。**结论:** 胸外科住院病人大多数存在不同程度的睡眠问题, 应引起医护人员的高度重视, 积极采取有效措施, 减少失眠率, 提高睡眠质量。

## 关键词

睡眠障碍; 胸外科; 护理干预; 原因分析

## 1 引言

睡眠是人类生命活动的重要组成部分, 其是周期发生的知觉的特殊状态, 由不同时相组成, 对周围的环境可相对的做出反应<sup>[1]</sup>。住院患者由于疾病、环境、心理、社会等因素的作用, 常出现各种睡眠障碍, 它既影响患者精神和体力的恢复, 也影响疾病的康复, 严重者可致病情加重, 延长住院时间<sup>[2]</sup>。胸外科患者的治疗康复阶段, 疼痛常常贯穿始终, 常常导致胸外科住院患者的睡眠质量较差。这非常不利于疾病的康复, 充足、良好的睡眠是胸外科患者康复的重要保证之一<sup>[3]</sup>。通过对神经内科患者睡眠质量影响因素的调查, 一来可以有助于护理人员了解胸外科住院患者睡眠特点和影响

睡眠质量的因素, 二来可以帮助护理人员采取可预见性的护理措施来增强对胸外科住院患者的睡眠质量, 从而使整个神经内科的护理工作得以提高。

## 2 对象与方法

### 2.1 调查对象

中国武汉市协和医院胸外科 2019 年 1~12 月间, 住院的非危重症患者 200 例, 其中, 男 108 例, 女 92 例, 年龄 17~86 岁, 平均年龄 50 岁; 住院时间 7~28d, 平均 18d。

诊断标准依据《中国精神科学会精神疾病分类与诊断标准》(CCMD-2-R):

(1) 以睡眠障碍为几乎唯一症状, 其它症状均继发于

失眠,包括入睡困难、睡眠不深、多梦、早醒、醒后不易再入睡、醒后不适、疲乏或白天困倦。

(2) 上述睡眠障碍每周至少发生3次,并持续1个月以上。

(3) 失眠引起显著的苦恼或精神障碍症状的一部分,活动效率下降或妨碍社会功能。

(4) 不是任何一种躯体疾病或精神疾病

纳入标准:①住院治疗后将出院者;②意识正常者;③愿意参加研究者。

排除标准:①有意识障碍者;②中重度痴呆者;③不愿意参加研究者。

## 2.2 调查方法

采用匹兹堡睡眠质量指数(Pittsburgh Sleep Quality Index, PSQI)量表和自编影响睡眠因素调查表,对住院病人睡眠质量和影响因素进行调查。PSQI由19个项目构成:主观睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠障碍、睡眠效率、安眠药物的应用和日间功能7个成分,问卷的总分范围为0~21分,以PSQI>7分为中国成人睡眠质量有问题为参考值,总分≤7分认为睡眠质量较好,总分>7分睡眠质量差。总分越高,睡眠质量越差<sup>[4]</sup>。

调查者发放问卷,征得病人的同意,采用面对面的访谈,由调查者读出问卷上的问题,根据被调查者的回答,调查者作相应的填写,完成后随即回收问卷。

## 2.3 统计学方法

用SPSS13.0软件进行分析,数据以均数±标准差表示。

## 3 结果

### 3.1 睡眠基本情况

通过分析200例胸外科住院病人的睡眠情况发现:患者一般在晚上21:30进入睡眠,入睡时间约30min,早上一般6:00起床;中午12:00睡觉,睡眠时间约1.5h,13:30起床。经统计平均卧床时间为9.5h,实际睡眠时间为7h,睡眠质量的有效率为68.7%。

### 3.2 住院病人睡眠质量

调查显示,住院病人PSQI总分为 $9.41 \pm 4.72$ ,PSQI≤7分82例,占42%;PSQI>7分118例,占58%。

### 3.3 影响睡眠因素

200例患者中,118例睡眠状态异常的相关因素依次为:疾病因素(112例,占89.06%);心理因素(96例,占76.56%);环境因素(81例,占64.84%);医源性因素(43例,占35.16%);其他因素(36例,占29.69%)等。

## 4 胸外科住院病人失眠的解决对策

### 4.1 对护理人员的建议

护理质量是医院护理工作的中心目标<sup>[5]</sup>,受许多因素的影响,患者作为被照顾的对象,是护理质量最重要的因素<sup>[6]</sup>。现代医学的生理-心理-社会模式相比于传统的医学模式更重视心理干预、预防与保健、对社会的适应。

### 4.2 注意护患沟通

护士应在新病人入院时做好入院指导,并协助患者了解和熟悉病区环境,使患者尽快熟悉和适应病房生活,使患者能更好地配合医生护士的治疗工作。同时护士常与其交谈,建立良好的信任关系,了解其心理需要,耐心倾听,对其不安和苦恼给予充分的理解,做到耐心解释、热情安慰,并设法努力解决。

### 4.3 注意对症护理

胸外科的疾病会引起胸痛,恶心呕吐、等不良反应是导致患者睡眠障碍的一个非常重要的因素。护理人员应通过对睡眠障碍患者认真仔细地观察,评估导致患者不舒适的疾病原因,并及时通知主管医生,遵医嘱及时给予患者对症治疗及采取相应的护理措施,尽可能为其解除不适,满足其对舒适的需求<sup>[7]</sup>。

### 4.4 注意健康宣教

护理人员应该耐心向病人讲解有关疾病的知识,配合医生向患者介绍疾病的治疗方案,预后效果,并介绍同类疾病的成功案例。这样可使患者树立战胜病痛的信念,减轻患者的心理压力,思想顾虑,避免忧伤情绪对睡眠产生负面影响。

### 4.5 注意病区环境

环境保持和谐、轻松、舒适、安静、空气新鲜,病房整齐干净,使患者感到心情舒畅,精神放松。注意温度、湿度适宜,一般冬季在16℃~20℃,夏季在25℃~28℃,湿度在50%~60%。

### 4.6 合理安排治疗

护士对各种治疗尽可能集中在白天进行,若夜间的确需

要治疗护理,医疗护理操作动作要快,安排要紧凑,尽量间隔 90min,避免频繁地叫醒患者,干扰患者睡眠。

## 5 结语

总之,良好的睡眠是恢复及储存体力的重要过程,虽然睡眠障碍不会直接威胁生命,但却可造成焦虑、激动、情绪反复、烦躁不安、精神不济等症状,严重影响患者病情的恢复。胸外科病人引起睡眠障碍的原因较复杂,因此给予针对性护理,满足患者休息与睡眠的需求,改善其睡眠质量,促进疾病的早日康复,提高生活质量是护理人员的一项重要职责。只有这样才能提高其生活质量,促进其疾病的康复。

## 参考文献

- [1] 王敏,许春艳.近十年失眠症的研究进展[J].内蒙古民族大学学报(自然科学版),2002(04):364.
- [2] 田拥军,苗京亚.骨科住院患者失眠相关因素分析[J].中华护理杂志,2001(04):288.
- [3] 杨宇.神经内科患者睡眠状况影响因素分析[J].医学信息,2010(05):1474.
- [4] 申宝红,王建玲.结核内科住院病人睡眠质量的调查及影响因素分析[J].中国民康医学,2008(06):493.
- [5] 李艳梅,单海燕,张彬.老年冠心病患者睡眠质量及影响因素的调查及护理[A].中国美容医学,2011(06):334.
- [6] 杨亚娟,席淑华,赵金娣.脑卒中病人失眠原因分析及护理对策[J].中华护理杂志,2002(10):750.
- [7] 李红艳,卞春华,王洪芳.健康指导在治疗老年失眠中的应用研究[J].护理研究,2003(3B):325.