

# 护理干预对功能性消化不良患者睡眠质量和消化系统症状的影响

彭小花

(江西省赣州市寻乌县人民医院内二科,江西 赣州 342200)

**摘要:**目的 研究护理干预对功能性消化不良患者睡眠质量和消化系统症状的影响。方法 选择 2018 年 1 月~2019 年 1 月在我院治疗的功能性消化不良患者 98 例,随机分为对照组和观察组,各 49 例。对照组给予常规护理,观察组给予针对性护理干预,比较两组睡眠质量、睡眠时间、消化系统症状(便秘、腹胀、食欲减退、腹泻)评分以及护理满意度。结果 护理后两组睡眠质量评分,睡眠时间评分均高于护理前,且观察组优于对照组,差异有统计学意义( $P<0.05$ );护理后观察组食欲减退评分为 $(1.96\pm 0.42)$ 分、腹胀 $(1.48\pm 0.33)$ 分、腹泻 $(1.08\pm 0.34)$ 分、便秘 $(0.82\pm 0.26)$ 分,分别低于对照组的 $(2.28\pm 0.36)$ 分、 $(1.76\pm 0.41)$ 分、 $(1.22\pm 0.33)$ 分、 $(0.98\pm 0.28)$ 分,差异有统计学意义( $P<0.05$ );观察组护理满意度为 93.87%,高于对照组的 79.59%,差异有统计学意义( $P<0.05$ )。结论 护理干预有助于提高功能性消化不良患者睡眠质量,减轻消化系统症状,增加患者有效睡眠时间,提高护理满意度。

**关键词:**护理干预;功能性消化不良;睡眠质量;消化系统症状

中图分类号:R473.5

文献标识码:A

DOI: 10.3969/j.issn.1006-1959.2020.10.058

文章编号:1006-1959(2020)10-0185-03

## Effect of Nursing Intervention on Sleep Quality and Digestive System Symptoms in Patients with Functional Dyspepsia

PENG Xiao-hua

(Department of Internal Medicine, Subject Two, Xunwu County People's Hospital, Ganzhou 342200, Jiangxi, China)

**Abstract:** Objective To study the effect of nursing intervention on sleep quality and digestive system symptoms in patients with functional dyspepsia. Methods A total of 98 patients with functional dyspepsia treated in our hospital from January 2018 to January 2019 were randomly divided into a control group and an observation group, with 49 cases each. The control group was given routine care, and the observation group was given targeted nursing intervention to compare sleep quality, sleep time, digestive symptoms (constipation, bloating, loss of appetite, diarrhea) scores and nursing satisfaction between the two groups. Results After nursing, the sleep quality score and sleep time score of both groups were higher than before nursing, and the observation group was better than the control group, the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ); The scores of loss of appetite in the observation group after care were  $(1.96\pm 0.42)$  points, abdominal distension  $(1.48\pm 0.33)$  points, diarrhea  $(1.08\pm 0.34)$  points, and constipation  $(0.82\pm 0.26)$  points, which were lower than those of the control group  $(2.28\pm 0.36)$  points,  $(1.76\pm 0.41)$  points,  $(1.22\pm 0.33)$  points,  $(0.98\pm 0.28)$  points, the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ); nursing satisfaction of the observation group was 93.87%, higher than the control group of 79.59%, the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). Conclusion Nursing intervention can help improve the sleep quality of patients with functional dyspepsia, reduce the symptoms of digestive system, increase the effective sleep time of patients, and improve the satisfaction of nursing.

**Key words:** Nursing intervention; Functional dyspepsia; Sleep quality; Digestive symptoms

功能性消化不良(functional dyspepsia, FD)是临床常见消化系统疾病,可持续性或反复发作,影响患者的正常睡眠,降低患者的睡眠质量,严重影响患者的正常身体健康和生活<sup>[1]</sup>。临床通常采用药物治疗,但是治疗周期长,加之长期慢性发作,患者身体不适症状加重,从而睡眠质量严重受到影响。有研究采用针对性护理干预,可改善患者睡眠质量,增加有效睡眠时间,并且可以患者临床患者消化系统症状。本研究结合 2018 年 1 月~2019 年 1 月在我科治疗的 98 例功能性消化不良患者临床资料,研究护理干预对功能性消化不良患者睡眠质量和消化系统症状的影响,现报道如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料 选择 2018 年 1 月~2019 年 1 月在江

西省赣州市寻乌县人民医院内二科治疗的功能性消化不良患者 98 例,采用随机数字表法分为对照组和观察组,各 49 例。纳入标准:①经胃镜、超声、血生化等检查确诊,符合功能性消化不良诊断标准<sup>[2]</sup>;②临床症状至少存在 4 周;③入组前 1 个月内未接受其他方案治疗。排除标准:①十二指肠器质性病变者;②消化系统恶性肿瘤者;③合并糖尿病或肾脏疾病者;④B 超检查有肝胆器质性病变者;⑤消化性溃疡或反流性食管炎患者。对照组男性 26 例,女性 23 例;年龄 21~72 岁,平均年龄 $(43.26\pm 7.33)$ 岁;病程 1~9 年,平均病程 $(4.32\pm 1.33)$ 年。观察组男性 25 例,女性 24 例;年龄 22~73 岁,平均年龄 $(43.85\pm 6.02)$ 岁;病程 1~8 年,平均病程 $(4.11\pm 1.56)$ 年。两组年龄、性别、病程比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),可比较。患者均知情同意,并签署知情同意书。

#### 1.2 方法

作者简介:彭小花(1976.9-),女,江西寻乌人,本科,主管护师,主要从事呼吸及消化内科护理工作

1.2.1 对照组 给予常规护理,即讲解注意事项,观察患者病情,为患者创造舒适的病房环境,遵医嘱给予相应治疗,并告知患者和家属生活护理干预方法。

1.2.2 观察组 给予针对性护理干预,具体护理干预如下:①健康宣教:根据患者的文化程度等个体差异,讲解患者发病原因、治疗方法、用药注意事项等,提高患者对疾病的认知水平。同时与患者建立和谐的护患关系,取得患者的信任,进一步提高患者的治疗和护理依从性;②心理护理:临床功能消化不良症状多,且病程长,患者容易产生焦虑、抑郁等不良心理情绪<sup>[9]</sup>,因此主动与患者沟通、交流,了解患者的心理状态,并给予针对性的心理疏导,使患者保持积极乐观的治疗心态,多给予患者鼓励和安慰,增强患者的治疗信心。此外告知患者和家属心理疏导对疾病治疗的重要性,取得家属的积极支持;③运动护理:科学合理指导患者进行适当的运动,以改善患者的腹胀、腹泻等消化系统症状。同时指导患者进行适度的有氧运动,运动量尽量以稍微出汗为佳,避免过度疲劳。嘱每天运动尽量早晨进行,告知晚上运动可能会造成大脑处于过度兴奋状态而影响睡眠质量。每天进食后指导患者进行胃肠腹部按摩以促进消化、吸收和血液循环。④睡眠护理:为患者创造舒适、安静的病房环境,并加强病房环境护理,使光线柔和,温湿度适宜,为患者提供良好的睡眠条件。同时可按摩头部缓解患者的失眠,可在睡前泡脚或喝杯热牛奶以促进睡眠。夜晚尽量避免查房,以免影响患者睡眠;⑤饮食护理:功能性消化不良患者消化系统功能较差,需要严格控制患者饮食,尽量以易消化、清淡饮食为主,并多食富含膳食纤维、维生素食物,以促进排便,避免摄入辛辣、生冷等刺激性食物和豆类制品,避免引起腹部胀痛和灼烧感。指导患者科学、合理饮食,养成良好的饮食习惯,并注意营养均衡,避免暴饮暴食;⑥出院护理:出院时告知患者身体恢复情况及必要的康复治疗建议。同时向患者和家属讲解家庭护理的重要性和注意事项,提醒患者遵医嘱用药,合理饮食,注意身体锻炼,养成健康的饮食生活习惯。定时随访,了解患者病情恢复情况,及时解答患者的疑问。

1.3 观察指标 比较两组护理前后睡眠质量、睡眠时间、护理后消化系统症状评分(主要包括便秘、腹胀、食欲减退、腹泻等症状,依据症状严重程度分为无症状、轻度、中度、重度,依次记为 0、1、2、3 分)以及护理满意度。

#### 1.4 疗效评定标准

1.4.1 睡眠质量 采用匹兹堡睡眠质量指数(PQSI)调查睡眠质量,分为主观睡眠质量、入睡时间、睡眠时

间、睡眠效率、睡眠障碍、是否服用催眠药物、日间功能障碍等 7 个部分。总分为 0~21 分,0 分为最差,1 分为较好,3 分为良好,累计为最后的总分,总分越高睡眠质量越差<sup>[9]</sup>。

1.4.2 护理满意度 均采用问卷调查法,分为满意、一般、不满意,满意为 90 分以上,一般 50~89 分,不满意为 50 分以下,满意度=(满意+一般)/总例数×100%。

1.5 统计学方法 数据分析使用 SPSS 24.0 统计软件包,计量资料采用( $\bar{x} \pm s$ )表示,两组间比较采用 *t* 检验;计数资料采用[n(%)]表示,两组间比较采用  $\chi^2$  检验, $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 两组睡眠质量、睡眠时间比较 护理后两组睡眠质量评分,睡眠时间评分均高于护理前,且观察组优于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),见表 1。

表 1 两组睡眠质量、睡眠时间比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	n	睡眠质量		睡眠时间	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	49	1.30±0.52	2.12±0.33	1.54±0.31	2.09±0.55
观察组	49	1.29±0.56	2.68±0.23	1.60±0.33	2.35±0.57
<i>t</i>		3.361	2.983	2.564	3.188
<i>P</i>		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.2 两组护理后消化系统症状评分比较 护理后观察组消化系统症状评分低于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),见表 2。

表 2 两组护理后消化系统症状评分比较( $\bar{x} \pm s$ ,分)

组别	n	食欲减退	腹胀	腹泻	便秘
对照组	49	2.28±0.36	1.76±0.41	1.22±0.33	0.98±0.28
观察组	49	1.96±0.42	1.48±0.33	1.08±0.34	0.82±0.26
<i>t</i>		2.675	2.453	2.091	2.175
<i>P</i>		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 两组护理满意度比较 观察组护理满意度高于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),见表 3。

表 3 两组护理满意度比较[n(%)]

组别	n	满意	一般	不满意	满意度
对照组	49	28(57.14)	11(22.44)	10(20.40)	39(79.59)
观察组	49	34(69.38)	12(24.48)	3(6.12)	46(93.87)*

注:\*表示与对照组比较, $\chi^2=8.030$ , $P < 0.05$

## 3 讨论

功能性消化不良患者临床症状反复发作,且诱发病因较多,患者常常会出现胃饱、腹胀等症状,影响患者的正常睡眠和生活。多数患者因为睡眠障碍,出现焦虑、抑郁等不良情绪,影响临床疾病的有效治疗。研究显示<sup>[9]</sup>,针对性护理干预从健康教育、心理疏导、运动护理等方面进行综合干预,使患者保持良

好的心态面对疾病,并积极配合临床护理和治疗,有效改善了临床睡眠质量和消化系统症状,进一步促进了患者的恢复,表明临床在治疗的同时给予针对性护理干预具有重要的作用。

本研究结果显示,护理后观察组睡眠质量评分为 $(2.68 \pm 0.23)$ 分、睡眠时间评分为 $(2.35 \pm 0.57)$ 分,均高于对照组的 $(2.12 \pm 0.33)$ 分、 $(2.09 \pm 0.55)$ 分,差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),可见针对性护理干预的应用有助于提高患者睡眠质量,增加患者睡眠时间。同时护理后观察组消化系统症状评分中食欲减退 $(1.96 \pm 0.42)$ 分、腹胀 $(1.48 \pm 0.33)$ 分、腹泻 $(1.08 \pm 0.34)$ 分、便秘 $(0.82 \pm 0.26)$ 分,均低于对照组的 $(2.28 \pm 0.36)$ 分、 $(1.76 \pm 0.41)$ 分、 $(1.22 \pm 0.33)$ 分、 $(0.98 \pm 0.28)$ 分,差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),表明护理干预有助于改善患者临床症状,减轻患者的不适。此外,观察组护理满意度为 93.87%,高于对照组的 79.59%,差异有统计学意义( $P < 0.05$ ),提示护理干预的应用可提高临床患者护理满意度,有效避免了护

患纠纷的发生。

综上所述,护理干预有助于改善功能性消化不良患者睡眠质量,减轻患者消化系统症状,进一步提高护理满意度,具有临床良好的护理效果,值得临床予以重视。

#### 参考文献:

- [1]倪忠梅.护理干预对 130 例功能性消化不良的疗效影响观察[J].中外医学研究,2014,12(5):104-105.
- [2]张矫健.针对性护理干预对功能性消化不良患者症状及睡眠质量的影响[J].现代中西医结合杂志,2015,24(11):1240-1242.
- [3]刘鸿丽.护理干预对功能性消化不良患者睡眠质量和消化系统症状的影响[J].中国医师杂志,2016,18(21):192-193.
- [4]李雪梅,江梅菊.整体护理干预对功能性消化不良患者生存质量的影响分析[J].中国医药指南,2016,14(20):263-264.
- [5]王爱华,李丽,余玉清.护理干预在治疗功能性消化不良中的作用[J].医学信息,2015,28(22):227-228.

收稿日期:2019-06-05;修回日期:2019-07-10

编辑/冯清亮