

系统护理对慢性粒细胞白血病患者心理情绪及睡眠质量的影响

吕晓静

(石家庄市人民医院 河北 石家庄 050000)

摘要: 目的 研究慢性粒细胞白血病患者应用系统护理对其心理情绪以及睡眠质量的影响。方法 将本院自 2020 年 11 月~2021 年 11 月收治的 68 例慢性粒细胞白血病患者根据电脑随机方式分为参照组(常规护理)和实验组(系统护理), 每组 34 例。对比两组护理前后情绪和睡眠质量评分。结果 两组护理前情绪评分没有明显差别 ($P > 0.05$); 实验组护理后明显比参照组低 ($P < 0.05$); 两组护理前睡眠质量差别不明显 ($P > 0.05$); 实验组护理后明显比参照组低 ($P < 0.05$)。结论 系统护理能够有效改善慢性粒细胞白血病患者负性情绪, 提升睡眠质量, 便于疾病的恢复, 值得推广和使用。

关键词: 系统护理; 心理; 睡眠质量

慢性粒细胞白血病属于治疗较为困难的疾病, 并且并发症发生率较高, 对患者的生活和睡眠质量产生影响。再加上负性情绪的出现, 导致其依从性降低, 在治疗的时候不愿意配合医护人员工作, 影响疗效, 所以对其进行有效护理十分重要。系统护理可以根据患者的实际情况制定针对性的护理计划, 为患者提供全面且优质的服务, 改善负性情绪的同时让其生活质量不断提升, 减少疾病对患者的影响^[1]。基于此, 本院对慢性粒细胞白血病患者应用系统护理对其心理情绪以及睡眠质量的影响进行了研究, 报道如下:

1 资料和方法

1.1 一般资料

将本院自 2020 年 11 月~2021 年 11 月收治的 68 例慢性粒细胞白血病患者根据电脑随机方式分为参照组和实验组, 每组 34 例。参照组男 20 例, 女 14 例, 平均 (45.86 ± 4.85) 岁; 实验组男 19 例, 女 15 例, 平均 (45.97 ± 4.78) 岁。临床资料没有明显差别 ($P > 0.05$), 可以比较。

1.2 方法

常规护理: 护理人员为参照组患者进行生活上的指导, 遵循医嘱使用药物, 做好各方面的检查, 进行健康教育。

系统护理: (1) 制定计划: 对患者心理以及睡眠等多方面进行了解和评估, 根据实际情况制定针对性的护理方案, 保证护理质量的提升; (2) 心理指导: 首先需要为患者和家

属讲解疾病相关知识, 让他们明白治疗的重要性以及了解生活中的注意事项。耐心回答所提出的问题, 建立良好的护患关系。对于情绪波动较大的患者, 可以引导他们说内心真实的想法, 及时和患者沟通, 解决心理问题。讲解成功案例, 提升治疗信心。对于情绪波动较小的患者, 可以使用交流沟通或玩手机等方式转移注意力, 消除负性情绪。家属的支持也十分重要, 随时观察患者的情绪, 并在说出内心需求的时候尽可能满足, 给予患者足够的关心和支持; (3) 生活指导: 为了将睡眠质量提升, 需要和家属一起分析影响患者睡眠的因素, 及时解决存在的问题。在睡觉之前可以让患者听轻音乐, 舒缓情绪, 逐渐放松自己。如果是情况较为严重的患者需要使用助眠药物改善患者的睡眠质量。此外, 还需要制定合理的饮食计划, 让患者多食用高蛋白和富含丰富维生素的食物。多饮水, 也可以适量的运动, 提升抵抗力。

1.3 观察指标及评定标准

观察和对比两组护理前后情绪和睡眠质量评分^[2]。

1.4 统计学分析

录入 spss18.0 统软件中处理。

2 结果

2.1 两组护理前后情绪评分的对比

护理前, 差别并不明显 ($P > 0.05$); 护理后, 实验组明显比参照组低 ($P < 0.05$), 见表 1:

表 1: 两组护理前后情绪评分的对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	焦虑(分)		抑郁(分)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
参照组	34	49.85 ± 2.56	40.51 ± 2.68	49.71 ± 2.25	39.54 ± 2.58
实验组	34	49.87 ± 2.31	35.21 ± 2.83	49.81 ± 2.43	30.28 ± 1.82
T	/	0.034	7.929	0.176	17.101
P	/	0.973	0.000	0.861	0.000

2.2 两组护理前后睡眠质量的对比

护理前, 差别并不明显 ($P > 0.05$); 护理后, 实验组明

显比参照组低 ($P < 0.05$), 见表 2:

表 2: 两组护理前后睡眠质量的对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	护理前	护理后
参照组	34	14.85 ± 2.52	10.74 ± 2.31
实验组	34	14.83 ± 2.63	6.57 ± 2.41
t	/	0.032	7.284
P	/	0.975	0.000

3 讨论

慢性粒细胞白血病是临床当中常见血液疾病, 患病后并发症较多, 对生活产生影响, 降低睡眠质量, 导致负性情绪出现。临床中一般会使用药物和靶向治疗等方式, 但在疾病和情绪的影响下患者依从性较低, 不愿意配合医护人员工作, 无法将治疗作用发挥出来, 此时就会导致病情不断恶化, 需要使用合理的方式为患者护理, 让其依从性提升, 改善负性情绪, 减少疾病对他们产生的影响。常规护理较为传统, 围绕治疗开展, 没有较强的针对性^[3]。护理的时候更加在意治疗是否有效, 忽略了患者真实地感受, 依从性等方面的提升并不是十分理想。系统护理属于新型护理方式, 可以为患者提供全面的护理服务, 针对性更强。在实际护理当中, 对患者现阶段的实际情况评估, 制定个性化护理方案。健康教育和心理护理是其中较为重要的内容, 需要家属的支持, 与他们一起鼓励和安慰患者, 提升治疗信心, 改善所出现的负性情绪, 从而提升依从性, 愿意配合医护人员的工作。生活指导

主要是为了改变患者的不良作息, 使用听音乐等多种方式提升睡眠质量, 让患者在治疗的过程中也可以有良好的睡眠。饮食指导起到辅助治疗的作用, 再加上适当的运动, 不断提升抵抗力和免疫力, 患者得到更为有效的治疗, 加快其康复的速度^[4]。需要注意的是, 应该根据患者病情以及他们自身情况的变化完善和更改护理计划, 确保有更为优质的服务。在本次研究中, 护理后, 实验组的评分均比参照组低 ($P < 0.05$), 这说明此种护理方式的效果十分理想, 让患者在优质的护理服务下改善睡眠质量和负性情绪。

综上所述, 系统护理能够减少不良情绪对慢性粒细胞白血病患者影响, 提升睡眠质量, 值得在临床中推广和使用。

参考文献:

- [1]李思,王颜,张鹏. 1 例急性早幼粒细胞白血病患者行剖宫产术后的护理[J]. 中国民康医学,2020,32(11):140-142+145.
- [2]肖春兰. 综合性护理对慢性粒细胞白血病患者睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志,2020,7(5):874-875.
- [3]柏珍珍. 整体化理念的护理干预在慢性粒细胞白血病患者中的应用[J]. 世界最新医学信息文摘,2019,19(A1):305-306.
- [4]闵南. 中医护理联合系统健康教育对急性粒细胞白血病转归的影响[J]. 中国中医药现代远程教育,2019,17(12):114-116.