

# 循证护理对胆囊结石腹腔镜术后疼痛的护理效果及对患者睡眠质量影响

张 婷

华中科技大学同济医学院附属同济医院护理部 湖北武汉 430000

**摘要:**目的:评价循证护理对胆囊结石腹腔镜术后疼痛的护理效果及对患者睡眠质量影响。方法:病例选取于2022年2月~2023年10月,从我院胆胰外科收治的胆囊结石腹腔镜手术治疗患者中选出122例展开系统研究,按照随机数表法为原则分组,对照组实施常规护理,观察组实施循证护理,对比两组患者的术后恢复指标、并发症以及睡眠质量。结果:观察组患者术后的各项指标恢复时间均短于对照组,其术后并发症发生率比对照组低,差异有统计意义( $P<0.05$ );观察组患者术后护理期间的各项睡眠质量评分显著低于对照组,统计差异有意义,结果 $P<0.05$ 。结论:针对胆囊结石腹腔镜手术患者实施循证护理不仅能协助加快术后康复进程,还能改善患者的睡眠水平,减轻术后疼痛,值得临床采纳。

**关键词:**循证护理;胆囊结石;腹腔镜术;疼痛护理;睡眠质量

胆囊结石是胆胰外科较为常见的一种疾病,其发病率较高,诱发结石产生的原因有很多,主要与患者的生活状态、饮食、运动和肥胖体重等相关,急性发作不仅会增加生理痛苦,还会危害其身心健康<sup>[1]</sup>。临床针对胆囊结石的治疗方法有很多,既往多采取传统开腹手术,此术式创伤大,恢复慢,并发症多,但随着微创技术的发展和推进,腹腔镜手术成为外科首选治疗方式,不仅能弥补开腹手术的缺陷,还能缩短康复进程,减轻术后疼痛,被广泛用于临床,但为了确保此术式治疗的安全性和高效性,进一步改善术后睡眠质量,还需采取科学的护理干预<sup>[2-3]</sup>。基于此,对纳入的胆囊结石腹腔镜术患者进行研究,分析循证护理的作用和效果。

## 1. 资料与方法

### 1.1 一般资料

病例选取时间为2022年2月~2023年10月,观察对象为我院就诊的胆囊结石腹腔镜术患者,抽选出122例以随机数表法分组,对照组61例,男31例,女30例,年龄32~68岁,平均 $(50.11 \pm 4.46)$ 岁,BMI指数 $18 \sim 27 \text{kg/m}^2$ ,平均 $(22.33 \pm 1.41) \text{kg/m}^2$ ;观察组61例,男32例,女29例,年龄30~68岁,平均 $(49.85 \pm 4.33)$ 岁,BMI指数 $18 \sim 28 \text{kg/m}^2$ ,平均 $(22.66 \pm 1.52) \text{kg/m}^2$ 。2组资料的差异无统计学意义( $P>0.05$ ),有均衡可比性。

纳入标准:经彩超确诊为胆囊结石;符合腹腔镜手术

指征;年龄 $>20$ 岁;患者知情并已签署同意书;已获得医院伦理委员会审批。排除标准:合并其他急腹症、恶性肿瘤、肝、肾、肺等脏器功能不全者;近期腹部手术史;手术禁忌证;凝血机制异常;智力、精神障碍者;传染病史;认知、交流障碍。

### 1.2 方法

予以对照组实施常规护理,主要对患者提供基本病情、手术宣教,讲解相关注意事项,术后指导患者的饮食起居,交代患者出院后定期复查。予以观察组患者实施循证护理,具体措施:(1)术前护理。由我科室组建的专业护理小组对患者展开护理关照,术前先对患者进行全面身体检查,了解其胆囊结石位置、大小、数量等情况,了解其病史和病症,综合评估患者的术前风险,选择恰当时机对患者进行术前宣教,详细讲解手术流程、腹腔镜优势、重要性和注意事项等信息,解答其疑问,消除其顾虑,并制定规范的护理流程,耐心安抚患者术前的焦虑、紧张感,予以针对性心理宣泄法来鼓励、支持和关心患者,叮嘱患者深呼吸保持放松,以乐观的心态积极面对。(2)术后睡眠护理。睡眠是身体恢复的重要环节,而手术后会因疼痛、不适和焦虑情绪而影响到睡眠质量,因此,护理人员需要密切关注患者的睡眠情况,提供舒适的睡眠环境,帮助患者缓解焦虑情绪,保证他们能够获得充足的睡眠;另外正确评估患者术后的疼痛程度,根

据患者的疼痛程度和个体差异,制定合理的疼痛管理方案,鼓励患者诉说疼痛症状和感受,并采取非药物和药物进行止痛干预,这可能包括药物治疗、物理疗法、心理疗法等多种手段,以期帮助患者减轻疼痛,提高生活质量,并促进康复。

(3)术后并发症预防护理。密切观察患者术后的恢复情况,增加查房次数,观察引流管的固定情况和通畅性,妥善处理伤口渗液,勤更换敷料,保证切口干燥无菌,定时协助患者翻身,按摩受压皮肤预防压疮,及时清理呼吸道分泌物,并在翻身时及时拍背咳痰,确保呼吸道通畅,增加病房巡视,及时发现并处理术后并发症;鼓励患者术后尽早下床活动,发放术后宣教手册,对患者的饮食和活动进行指导和纠正,协助患者积极参与康复训练,帮助其尽快恢复健康。

### 1.3 观察指标

对比两组患者首次下床活动时间、首次进食时间、首次排气时间、排便时间和住院时间。

记录患者术后发生中重度疼痛、营养不良和恶心呕吐等并发症情况。

睡眠状态:借助匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评价患者术后的睡眠改善效果,主要对睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠障碍、睡眠效率、催眠药物以及日间功能障碍等,每项各3分,总分21分,得分越高睡眠越差。

### 1.4 统计学方法

用统计软件SPSS23.0处理计算,用率(%)描述计数资料,检验用 $\chi^2$ ,用 $(\bar{x} \pm s)$ 描述计量资料,行t检验, $P < 0.05$

为差异有统计意义。

## 2. 结果

### 2.1 术后恢复指标比较

观察组患者术后的各项恢复指标均显著优于对照组,组间差异有意义( $P < 0.05$ ),见表1。

表1 术后恢复指标比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数 (n)	首次下床活动时间 (h)	首次进食时间 (h)	首次排气时间 (d)	首次排便时间 (d)	住院时间 (d)
观察组	61	22.81 ± 4.43	24.38 ± 5.44	1.26 ± 0.48	2.16 ± 0.51	5.99 ± 1.03
对照组	61	37.96 ± 5.54	38.55 ± 6.72	2.33 ± 0.59	2.77 ± 0.63	9.91 ± 1.84
t	-	16.681	12.800	10.987	5.878	14.519
P	-	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

### 2.2 并发症对比

观察组患者术后的并发症发生率显然比对照组低,统计差异 $P < 0.05$ ,见表2。

表1 并发症对比 (n,%)

组别	例数	中重度疼痛	营养不良	恶心呕吐	并发症概率
观察组	61	0	0	2	2 (3.28)
对照组	61	1	2	6	9 (14.75)
$\chi^2$	-	-	-	-	4.896
P	-	-	-	-	0.027

### 2.3 PSQI 评分比较

组间PSQI评分测定结果:观察组各评分均低于对照组( $P < 0.05$ ),如表3所示。

表3 PSQI 评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠障碍	睡眠效率	催眠药物	日间功能障碍
观察组	61	1.25 ± 0.21	0.82 ± 0.25	0.71 ± 0.14	1.24 ± 0.17	1.08 ± 0.16	0.76 ± 0.15	1.28 ± 0.22
对照组	61	1.69 ± 0.33	1.34 ± 0.37	1.22 ± 0.28	1.44 ± 0.26	1.39 ± 0.25	1.18 ± 0.22	1.61 ± 0.34
t	-	8.786	9.095	12.724	5.028	8.157	12.319	6.364
P	-	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

## 3. 讨论

胆囊结石属于胆道系统疾病,患者发病后表现为胆绞痛、腹部剧烈疼痛、恶心呕吐及发热等,此病发生突然,情况紧急,临床多采取腹腔镜胆囊切除术,消除胆囊内结石,但手术属于侵入性操作,术后切口剧烈疼痛和各种并发症导致其恢复效果受影响,甚至会引发其他危害,降低其术后睡眠质量,因此,寻求高效、科学的护理措施对改善预后效果

非常关键<sup>[4-5]</sup>。

循证护理是一种以循证医学为基础的护理模式,它强调护理决策应该基于最新的研究证据,以提高护理质量和效果,在胆囊结石腹腔镜术的护理中,循证护理可以帮助护士更好地了解手术的操作过程和术后护理方法,参与全程护理,为患者提供贴心、细致的护理服务,尽可能满足其护理需求,解决临床问题,进而提高护理质量和效果,确保

患者安心、舒适的配合治疗康复<sup>[6-7]</sup>。研究显示, 观察组患者术后的各项恢复指标均优于对照组, 其术后并发症发生率和各项睡眠质量评分显著比对照组低, 统计差异证实了循证护理对提高患者术后睡眠质量和缩短康复进程具有积极促进作用。

综合上述, 胆囊结石腹腔镜术后的循证护理对于患者的治疗和康复具有重要意义, 值得临床借鉴。

#### 参考文献

[1] 曾丽君, 杨世萍, 吴贞. 分析循证护理对胆囊结石腹腔镜术后疼痛的护理效果及对患者睡眠质量影响 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10(4): 887-889.

[2] 杨学云. 综合护理干预对胆囊结石腹腔镜手术患者术后疼痛及舒适度的影响 [J]. 当代护士: 下旬刊, 2021, 28(2): 74-76.

[3] 王秀华. 循证护理对胆囊结石患者腹腔镜术后疼痛

程度及生活质量的影响研究 [J]. 中外医疗, 2021, 40(28): 125-129.

[4] 何琴琴, 许蔚. 基于循证理念的护理策略对行腹腔镜治疗的胆囊结石患者术后疼痛程度及生存质量的影响 [J]. 中国医药导报, 2022, 19(28): 178-181.

[5] 王晓华, 徐会艳. 全程优质护理对胆结石腹腔镜胆囊切除术患者胃肠功能恢复及满意度的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2021, 6(9): 172-174.

[6] 邹伶, 尹晓艳. 循证护理结合人性化护理在胆囊结石腹腔镜术后疼痛护理中的应用价值 [J]. 数理医药学杂志, 2022, 35(11): 1714-1716.

[7] 潘茜. 基于循证理念的疼痛护理对胆囊结石腹腔镜术后疼痛及舒适度的影响 [J]. 内蒙古医学杂志, 2022, 54(5): 639-640.