

优质护理对单纯性肋骨骨折患者疼痛及睡眠的影响

范鑫莹

(西安交通大学第一附属医院东院区 陕西西安 710089)

【摘要】目的:探讨发生单纯性肋骨骨折时予以患者优质护理的效果。方法:选取2022年3月-2023年3月进入本院接受治疗的40例单纯性肋骨骨折患者作为研究对象,将随机数字表法作为分组依据,将其分成两组,对照组(常规护理,20例)、观察组(优质护理,20例),分析两组的睡眠质量与疼痛情况。结果:护理后,观察组与对照组睡眠质量(1.10±0.11)分、(1.62±0.13)分,入睡时间(0.96±0.13)分、(1.40±0.17)分,睡眠时间(1.03±0.12)分、(1.57±0.15)分,睡眠效率(1.14±0.14)分、(1.66±0.18)分,睡眠障碍(0.88±0.10)分、(1.49±0.17)分,催眠药物(1.21±0.13)分、(1.60±0.16)分,日间功能障碍(0.92±0.16)分、(1.38±0.21)分,总分(7.01±0.19)分、(9.31±0.26)分,观察组较对照组低;观察组护理后的PGE₂、SP、DA、5-HT分别为(154.78±20.15) μg/L、(132.45±19.61) μg/L、(12.01±2.58) μg/L、(457.02±27.41) μg/L,均低于对照组的(227.94±22.65) μg/L、(170.21±23.97) μg/L、(18.78±3.02) μg/L、(612.29±32.05) μg/L;均P<0.05。结论:将优质护理模式运用于单纯性肋骨骨折患者中,能够在一定程度上改善其睡眠质量,减轻疼痛。

【关键词】单纯性肋骨骨折;优质护理;睡眠;疼痛

Effect of quality care on pain and sleep in patients with simple rib fractures

Fan Xinying

(East Hospital of the First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an, Shaanxi 710089)

[Abstract] Objective: To explore the effect of simple rib fracture. Methods: Selected 40 patients of simple rib fracture from March 2022 to March 2023 as the research object, and the random number table method was used as the basis of group, and divided into two groups. The control group (routine care, 20 cases) and observation group (quality care, 20 cases), the sleep quality and pain of the two groups were analyzed. Result: After the nursing care, Sleep quality of observation group and control group (1.10 ± 0.11), (1.62 ± 0.13), Time to fall asleep (0.96 ± 0.13), (1.40 ± 0.17), Sleep time (1.03 ± 0.12), (1.57 ± 0.15), Sleep efficiency (1.14 ± 0.14), (1.66 ± 0.18), Sleep disorders (0.88 ± 0.10), (1.49 ± 0.17), Hypnotics (1.21 ± 0.13), (1.60 ± 0.16), Daytime dysfunction (0.92 ± 0.16), (1.38 ± 0.21), Total score (7.01 ± 0.19), (9.31 ± 0.26), The observation group was lower than that of the control group; The PGE₂, SP, DA, and 5-HT were (154.78 ± 20.15) μg/L, (132.45 ± 19.61) μg/L, (12.01 ± 2.58) μg/L, (457.02 ± 27.41) μg/L, respectively, All were lower than the (227.94 ± 22.65) μg/L, (170.21 ± 23.97) μg/L, (18.78 ± 3.02) μg/L, and (612.29 ± 32.05) μg/L of the control group; All cases were P<0.05. Conclusion: Using quality care mode to patients with simple rib fracture can improve their sleep quality and reduce pain to some extent.

[Key words] Simple rib fracture; quality care; sleep; pain

单纯性肋骨骨折指没有对周围脏器、组织、神经造成损伤的肋骨骨折,可出现疼痛、肿胀、活动受限等症状,通常由肋骨受到直接或者间接暴力引起。发生单纯性肋骨骨折后,临床多主张进行保守治疗,若保守治疗无效可选择手术治疗,同时需要严格卧床休息,对骨折部位进行固定保护,以促进骨折愈合^[1-2]。但在治疗期间,多数患者由于缺乏认知

加上骨折造成的不便,难以较好地配合相关护理措施,可能会对病情恢复有消极影响,还需加强临床优质护理,协助患者进行更好地自我管理^[3-4]。鉴于此情况,本文主要探讨优质护理的实施对单纯性肋骨骨折患者的帮助。

1.资料与方法

1.1 一般资料

纳入本院收治的单纯性肋骨骨折患者，共40例，按照随机数字表法展开分组。对照组(n=20)男13例、女7例；年龄范围为20-70岁，平均年龄为(45.58±2.34)岁；骨折至入院时间：3-26h，均值：(10.24±1.56)h。观察组(n=20)包括12例男性患者与8例女性患者；年龄在21-70岁之间，平均(45.69±2.46)岁；骨折至入院时间：3-28h，均值：(10.37±1.68)h。入选者经过综合检查均确认为单纯性肋骨骨折，认知功能良好，可配合治疗，具备完整的个人资料；排除凝血功能异常、合并精神类疾病、伴有多处骨折等患者。

1.2 方法

对照组采用常规护理模式，协助患者完成各项检查、记录患者的病情恢复情况、遵照医嘱予以相应药物、叮嘱患者注意保护骨折部位、简单介绍饮食、作息情况等。

观察组采用优质护理模式，在心理方面，耐心倾听患者的内心，了解其情绪变化情况，告知患者保持积极的心态的重要性，多与家属沟通，让家属重视患者的心理状况，多陪伴、关心、鼓励患者；对于患者提出的疑问要及时解答，鼓励患者敞开心扉，多交流，通过培养兴趣转移注意力，为患者介绍成功案例，使其增强自信心，树立正确的护理观念。在日常护理方面，协助患者取半卧位，将背靠角度调节至合适范围，在患者腋下、腰部等位置放置软枕，以通俗易懂的语言向患者解释卧床休息的重要性，使患者逐渐适应床上用餐，必要时可由家属喂食，细心照料患者的生活起居。在并发症预防方面，告知家属每天为患者用湿热毛巾擦拭身体，

保持皮肤干净，日常适当为患者按摩腰背部、骶尾部，指导患者进行正确咳嗽、深呼吸，对于排痰、咳嗽困难者需进行拍背，待患者病情稳定后指导其适当活动，以促进血液循环。在饮食方面，叮嘱患者及家属饮食以清淡为主，多补充维生素、微量元素，适当添加富含蛋白质、维生素的食物，减少糖分的摄入，多饮水，建议恢复中后期再摄入骨头汤、豆制品等。在疼痛方面，遵照医嘱予以镇痛药物，严格观察患者疼痛部位、疼痛程度、性质、特点、持续时间等，当患者咳嗽时适当为其按压骨折部位，以减少胸部张力。

1.3 观察指标

睡眠质量：对患者进行匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)评估，共7个维度，满分为21分，评分越高说明睡眠质量越差。

疼痛介质：PGE₂；前列腺素 E₂、SP；P物质、DA；多巴胺、5-HT；5-羟色胺。

1.4 统计学方法

处理工具为SPSS 22.0统计软件，差异有统计学意义以P<0.05表示。

2. 结果

2.1 睡眠质量

通过护理后，两组的各项睡眠质量量表评分及总分均下降，且观察组较对照组低(P<0.05)，见表1。

表1 两组睡眠质量比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	时间	睡眠质量	入睡时间	睡眠时间	睡眠效率	睡眠障碍	催眠药物	日间功能障碍	总分
对照组	20	护理前	2.35 ± 0.16	2.19 ± 0.25	2.20 ± 0.23	2.28 ± 0.26	2.15 ± 0.23	2.31 ± 0.20	2.22 ± 0.25	15.72 ± 0.33
		护理后	1.62 ± 0.13	1.40 ± 0.17	1.57 ± 0.15	1.66 ± 0.18	1.49 ± 0.17	1.60 ± 0.16	1.38 ± 0.21	9.31 ± 0.26
		t 值	9.234	8.768	6.567	10.450	6.925	6.783	9.401	9.827
		P 值	0.025	0.031	0.029	0.022	0.034	0.018	0.032	0.037
观察组	20	护理前	2.38 ± 0.14	2.23 ± 0.27	2.24 ± 0.22	2.31 ± 0.25	2.17 ± 0.24	2.35 ± 0.22	2.23 ± 0.23	15.78 ± 0.35
		护理后	1.10 ± 0.11	0.96 ± 0.13	1.03 ± 0.12	1.14 ± 0.14	0.88 ± 0.10	1.21 ± 0.13	0.92 ± 0.16	7.01 ± 0.19
		t 值	12.352	15.864	11.968	16.568	12.520	13.636	17.457	16.152
		P 值	0.008	0.015	0.011	0.007	0.001	0.012	0.004	0.010
		t 护理前组间值	0.136	0.245	0.285	0.124	0.305	0.317	0.169	0.202
		P 护理前组间值	0.758	0.619	0.532	0.587	0.649	0.623	0.818	0.704
		t 护理后组间值	7.602	6.587	6.301	5.497	8.458	9.021	5.71	5.833
		P 护理后组间值	0.046	0.042	0.038	0.029	0.031	0.035	0.040	0.027

2.2 疼痛情况

护理前两组的疼痛情况对比无差异；护理后观察组的疼

痛介质水平均低于对照组 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 2 两组疼痛介质比较 ($\bar{x} \pm s$, $\mu\text{g/L}$)

组别	n	时间	PGE ₂	SP	DA	5-HT
对照组	20	护理前	326.27 ± 27.49	251.78 ± 31.25	26.53 ± 3.58	724.15 ± 45.53
		护理后	227.94 ± 22.65	170.21 ± 23.97	18.78 ± 3.02	612.29 ± 32.05
	t 值	10.365	14.458	12.621	11.968	
	P 值	0.025	0.029	0.037	0.031	
观察组	20	护理前	326.38 ± 27.55	251.86 ± 31.14	26.69 ± 3.52	724.46 ± 45.30
		护理后	154.78 ± 20.15	132.45 ± 19.61	12.01 ± 2.58	457.02 ± 27.41
	t 值	16.857	19.210	21.134	17.854	
	P 值	0.021	0.018	0.016	0.022	
	t _{护理前组间} 值	0.135	0.261	0.259	0.348	
	P _{护理前组间} 值	0.685	0.592	0.574	0.723	
	t _{护理后组间} 值	9.236	11.458	10.475	10.762	
	P _{护理后组间} 值	0.048	0.036	0.035	0.042	

3. 讨论

单纯性肋骨骨折的诱发因素包括骨质疏松、长期进行对抗性较强的运动、受到暴力撞击等, 患者的活动受到较大的限制, 并且可伴有呼吸困难、下呼吸道分泌物梗阻等情况, 需及时采取应对措施^[5-6]。与此同时, 予以患者高效、科学的干预措施对其疾病康复与提高护理质量具有重要的作用。随着患者护理需求的不断提高及临床护理模式的更新, 优质护理在临床中的运用越来越频繁, 有学者认为通过优质护理干预不仅能够使总体服务水平上升一个高度, 还能够改善护患之间的关系, 为患者的病情的恢复提供保障^[7-8]。优质护理的

进行能够围绕患者为中心, 对常规护理内容进行强化, 深化护理内涵, 用于肋骨骨折患者中能够提高其自我认知与护理意识, 使其积极静养, 配合饮食、日常生活管理, 及时帮助患者排解不良情绪, 维持身心健康, 对其睡眠状态的改善具有促进作用。在护理过程中, 注重对患者疼痛情进行全面评估, 提供缓解疼痛的方法, 配合患者使用止痛药, 有利于其疼痛症状的减轻^[9-10]。如本次研究结果所示, 观察组护理后的疼痛介质水平与睡眠量表评分均较低。

综上所述, 就单纯性肋骨骨折患者而言, 在优质护理的帮助下其睡眠质量有了较大的改善, 疼痛程度有所减轻。

参考文献:

- [1]谢冰凝. 全程优质护理对多发性肋骨骨折合并高血压患者护理质量与满意度的影响分析[J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(06): 81-83.
- [2]陈丽芬. 优质护理对单纯性肋骨骨折患者疼痛及睡眠的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9(04): 748-750+753.
- [3]张凤. 全程优质护理结合心理干预在肋骨骨折并发气胸患者中的应用效果[J]. 心理月刊, 2021, 16(04): 177-178.
- [4]付兰迪. 优质护理干预模式在接受胸腔闭式引流术治疗的肋骨骨折合并血气胸患者中的应用价值[J]. 中国医药指南, 2021, 19(02): 187-188.
- [5]孙梦瑶. 单纯性肋骨骨折患者护理中应用综合心理护理干预的效果[J]. 心理月刊, 2021, 16(01): 188-189.
- [6]程敏, 杨泽彤, 任慧琳. 全程优质护理在多发性肋骨骨折合并高血压患者护理质量与满意度的影响分析[J]. 心血管病防治知识, 2020, 10(35): 58-60.
- [7]杨玥. 优质护理在肋骨骨折合并血气胸胸腔闭式引流术中的应用[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2020, 37(06): 663.
- [8]田君娜. 优质护理服务模式对多根多段肋骨骨折合并血气胸患者的影响分析[J]. 黑龙江中医药, 2020, 49(03): 335-336.
- [9]徐成利, 邓敏, 张京敏, 谭营, 孙宁过. 优质护理干预在胸腔闭式引流术治疗肋骨骨折合并气胸患者中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践, 2020, 5(05): 188-189+195.
- [10]高雅琦. 优质护理用于多发肋骨骨折合并血气胸行胸腔闭式引流术患者中的效果[J]. 心理月刊, 2019, 14(19): 116.