

MỐI LIÊN QUAN GIỮA CÁC YẾU TỐ MÔI TRƯỜNG VÀ CHẤT LƯỢNG GIẤC NGỦ Ở BỆNH NHÂN SAU PHẪU THUẬT TẠI BỆNH VIỆN ĐA KHOA VÙNG TÂY NGUYÊN NĂM 2021

Chu Thị Giang Thanh¹, Đinh Hữu Hùng¹

Ngày nhận bài: 27/9/2021; Ngày phản biện thông qua: 29/10/2021; Ngày duyệt đăng: 30/11/2021

TÓM TẮT

Giấc ngủ là rất quan trọng và cần thiết đối với mỗi người. Đối với bệnh nhân sau phẫu thuật, bệnh nhân cần có giấc ngủ tốt để phục hồi cả sức khỏe sinh lý và tâm lý, điều này có tác động tích cực đến quá trình phục hồi các mô bị tổn thương, giúp sớm lành vết thương, ngăn ngừa được các biến chứng và rút ngắn thời gian nằm viện, giảm chi phí điều trị. Nghiên cứu này được tiến hành với mục tiêu: khảo sát chất lượng giấc ngủ của bệnh nhân sau phẫu thuật tại khoa Ngoại tổng hợp, Bệnh viện đa khoa vùng Tây Nguyên; và xác định mối liên quan giữa các yếu tố môi trường với chất lượng giấc ngủ.

Nghiên cứu mô tả cắt ngang được thực hiện trên 374 bệnh nhân chọn ngẫu nhiên sau phẫu thuật, thỏa mãn tiêu chuẩn chọn mẫu. Số liệu được thu thập thông qua việc phỏng vấn bằng bộ câu hỏi đã được chuẩn bị sẵn, chất lượng giấc ngủ được đánh giá bằng thang điểm PSQI.

Kết quả: Tỷ lệ bệnh nhân sau phẫu thuật tại khoa Ngoại tổng hợp, Bệnh viện đa khoa vùng Tây Nguyên có chất lượng giấc ngủ kém là 78,1% với chỉ số PSQI trung bình là $10,3 \pm 3,27$. Thời gian đi vào giấc ngủ mỗi đêm trung bình là $55,86 \text{ phút} \pm 19,79$; tổng thời gian ngủ trung bình/đêm là $4,93 \text{ tiếng} \pm 1,03$. Các yếu tố môi trường bao gồm: ánh sáng phòng bệnh, hoạt động của nhân viên y tế, tiếng ồn phát ra từ thiết bị xung quanh có mối liên quan với chất lượng giấc ngủ của người bệnh ($p < 0,05$). Chưa tìm thấy mối liên quan có ý nghĩa thống kê giữa tiếng ồn từ các cuộc nói chuyện xung quanh với chất lượng giấc ngủ ($p > 0,05$).

Từ khóa: *giấc ngủ, chất lượng giấc ngủ, phẫu thuật, yếu tố liên quan.*

1. MỞ ĐẦU

Giấc ngủ là rất quan trọng và cần thiết đối với mỗi người. Đối với bệnh nhân sau phẫu thuật, bệnh nhân cần có giấc ngủ tốt để phục hồi cả sức khỏe sinh lý và tâm lý, nó sẽ có tác động tích cực đến quá trình phục hồi các mô bị tổn thương, giúp sớm lành vết thương, ngăn ngừa được các biến chứng và rút ngắn thời gian nằm viện, giảm chi phí điều trị.

Tuy nhiên, chất lượng giấc ngủ kém là một trong những phản ánh thường gặp của bệnh nhân trong những ngày đầu sau phẫu thuật. Một nghiên cứu công bố năm 2019 của S.N. Prakrithi và cộng sự cho thấy có đến 67% bệnh nhân sau phẫu thuật có chất lượng giấc ngủ kém. Đặc điểm chung của chất lượng giấc ngủ kém bao gồm: khó ngủ, khởi phát giấc ngủ kéo dài, tăng thời gian thức dậy sau khởi phát giấc ngủ, tăng số lần thức giấc trong khi ngủ, hiệu quả giấc ngủ kém, giảm tổng thời gian ngủ, thức dậy kiệt sức hoặc ngủ ban ngày. Chất lượng giấc ngủ kém làm tăng phản ứng căng thẳng, giảm miễn dịch chức năng, làm suy yếu sự tổng hợp tế bào (Bryant, Trinder, & Curtis, 2004; Friese, 2008), và tăng nguy cơ nhiễm trùng (Drouot, Cabello, Pia'dOrtho, & Brochard, 2008). Một số

nghiên cứu khác công bố rằng chất lượng giấc ngủ kém cũng làm tăng nhạy cảm với cơn đau, dễ bị đau và cản trở việc kiểm soát cơn đau (Chouchou et al., 2014; Lautenbacher, Kundermann, & Krieg, 2006), và nó có liên quan đến suy giảm đáng kể khả năng thực hiện các hoạt động của cuộc sống hàng ngày (Tiede et al., 2010). Hơn nữa, Krenk et al. (2013) cũng cho biết rằng những bệnh nhân bị rối loạn giấc ngủ đã giảm khả năng vận động sớm sau phẫu thuật do giấc ngủ ban ngày tăng lên. Do đó, làm giảm đáng kể hiệu quả chất lượng chăm sóc và điều trị.

Mặt khác, các yếu tố liên quan đến chất lượng giấc ngủ kém ở bệnh nhân sau mổ cũng đã được nhiều tác giả chỉ ra như Prakrithi et al. (2019), Mai Bá Hải (2018), Nguyễn Thị Trường Xuân và cộng sự (2014), Yilmaz et al. (2012), bao gồm: các yếu tố về dân số học, mức độ đau, đặc điểm phòng bệnh, quy mô phẫu thuật, tiền sử phẫu thuật trước đó, tiền sử nhập viện, các yếu tố tác động từ môi trường...

Hiện tại, các nghiên cứu về giấc ngủ của bệnh nhân hầu hết tập trung vào các bệnh nhân mắc bệnh mãn tính hoặc đối tượng người già; còn hạn chế các nghiên cứu về chất lượng giấc ngủ trên đối

¹Khoa Y Dược, Trường Đại học Tây Nguyên;

Tác giả liên hệ: Chu Thị Giang Thanh, ĐT: 0935984749, Email: ctgthanh@ttn.edu.vn.