



Vysoká škola zdravotnická, o.p.s.

# UŠENOSTI PACIENTŮ SE SPÁNKEM V NEMOCNICI (KVALITATIVNÍ STUDIE)

Autorka práce: Petra Kinclová, DiS.

Vedoucí práce: Mgr. Eva Marková, Ph.D.

Oponent práce: Mgr. Hana Tošnarová, Ph.D., RN

Červen 2021

# Cíle bakalářské práce

- **Hlavní cíl průzkumu:** Zjistit, jaké faktory ovlivňují spánek hospitalizovaných pacientů nejvíce, a najít způsob, jakým by se dala kvalita spánku hospitalizovaných pacientů zlepšit.
- **Dílčí cíle průzkumu:**
  - **Cíl 1:** Zjistit, jak hospitalizovaní pacienti uspokojují svou potřebu spánku.
  - **Cíl 2:** Zmapovat faktory, které nejvíce ovlivňují spánek nemocných v nemocnici.
  - **Cíl 3:** Najít způsob, jakým by se dala kvalita spánku hospitalizovaných pacientů zlepšit.

# Teoretická východiska

- Spánek pacientů v nemocnici je často narušený, k čemuž dochází z mnoha důvodů. Těmito důvody může být například bolest, strach, ale také hluk na oddělení nebo neprofesionální chování sester. (WESSELIUS ET AL., 2018)



# Metodika – sběr údajů

- hlavní metoda sběru dat – **polostrukturovaný rozhovor**
- 9 předem připravených otázek:
  - Jak se Vám v nemocnici spí?
  - Popište prosím svůj běžný režim během dne, když jste doma (např. v kolik hodin jdete spát, v kolik hodin se budíte apod.).
  - Popište prosím svůj běžný režim dne, když jste v nemocnici.
  - Míváte běžně nějaké obtíže se spánkem a usínáním? Máte tyto obtíže i v nemocnici?
  - Co obvykle děláte doma, než jdete spát? Můžete tyto činnosti vykonávat během hospitalizace?
  - Ptal se Vás při přijetí do nemocnice někdo na Váš spánek?
  - Co podle Vás nejvíce narušuje Váš spánek při hospitalizaci?
  - Ovlivňuje Vaše onemocnění kvalitu Vašeho spánku?
  - Myslíte si, že by se dal spánek pacientů v nemocnici nějakým způsobem zlepšit?

# Zkoumaný soubor

Tabulka 1 Identifikační údaje respondentů

| <b>Informanti (označení)</b> | <b>Pohlaví, věk</b> | <b>Zaměstnání</b>  | <b>Hlavní diagnóza</b>                                       |
|------------------------------|---------------------|--|--|
| Informant 1 (I1)             | Muž, 72 let         | Starobní důchodce (předtím strojní mechanik)                               | K62.5 Krvácení z řiti a konečníku                            |
| Informant 2 (I2)             | Muž, 30 let         | Programátor  | K50.1 Crohnova choroba                                       |
| Informant 3 (I3)             | Muž, 69 let         | Starobní důchodce (předtím sanitář v nemocnici)                            | K51.9 Ulcerózní kolitida NS                                  |
| Informant 4 (I4)             | Žena, 26 let        | Rodičovská dovolená (předtím učitelka v MŠ)                                | O80 Spontánní porod jediného dítěte                          |
| Informant 5 (I5)             | Žena, 53 let        | Učitelka společenských věd a cizích jazyků na SŠ, Výchovná poradkyně na SŠ | J12.8 Jiná virová pneumonie – bilaterální pneumonie COVID-19 |

# Průběh realizace šetření

- rozhovory s pacienty:
  - únor 2021 na oddělení D II. interní gastro-enterologické kliniky Fakultní nemocnice v Hradci Králové
  - proběhly během pracovní doby v soukromí na jejich pokojích (půl hodiny)
  - všichni pacienti s rozhovorem souhlasili a souhlasili také s nahráním rozhovoru aplikací na mobilním telefonu autorky, získané údaje byly anonymizovány
- rozhovory s osobami z blízkého okolí autorky:
  - únor/začátek března 2021 v domovech dotazovaných (půl hodiny)
  - souhlas s rozhovorem i jeho nahráním na mobilní telefon

# Metody vyhodnocení získaných dat

- získaná data z polostrukturovaných rozhovorů byla analyzována metodou obsahové analýzy
- obsahová analýza = rozbor obsahu nějakého textu
- cílem obsahové analýzy je roztřídit mnoho slov textu do kategorií → opakovaným pročitáním textu vyhledáme jednotky, které spolu souvisí a ty utřídíme do kategorií

# Výsledky

- **3 kategorie a jejich podkategorie**

Tabulka 2 Kategorie a podkategorie získaných dat

| Kategorie   | Podkategorie                            |
|---|---|
| 1. Spánek pacientů  | a) doma<br>b) v nemocnici               |
| 2. Faktory ovlivňující spánek pacientů                          | a) vnitřní faktory<br>b) vnější faktory |
| 3. Ošetrovatelské intervence vedoucí k zlepšení spánku pacientů |   |



# Výsledky

- **3 kategorie a jejich podkategorie**

Tabulka 3 Kategorie 1A – Spánek pacientů doma (před hospitalizací)

| <b>Informant</b> | <b>Spánek před hospitalizací</b>                                       |
|------------------|--|
| I1               | dříve uspokojivý, nyní časté noční buzení z důvodu nutnosti použití WC |
| I2               | zkrácená doba spánku z důvodu zaměstnání                               |
| I3               | obtížné usínání i ranní buzení   |
| I4               | uspokojivý spánek, žádné obtíže  |
| I5               | uspokojivý spánek, žádné obtíže  |

# Výsledky

- **3 kategorie a jejich podkategorie**

Tabulka 4 Kategorie 1B – Spánek pacientů v nemocnici (za hospitalizace)

| <b>Informant</b> | <b>Spánek před hospitalizací</b>   |
|------------------|--|
| I1               | méně časté buzení, spánek subjektivně kvalitnější                        |
| I2               | zkrácená doba spánku, jelikož je na to zvyklý                            |
| I3               | zlepšené usínání z důvodu užívání hypnotik                               |
| I4               | častější buzení z důvodu kojení a probouzení dcery, zkrácená doba spánku |
| I5               | častější buzení, lehké spaní (snadno probuditelná)                       |

# Výsledky

- **3 kategorie a jejich podkategorie**

Tabulka 5 Kategorie 2A – Vnitřní faktory ovlivňující spánek pacientů

| <b>Informant</b> | <b>Vnitřní faktory ovlivňující spánek pacientů</b>       |
|------------------|--|
| I1               | bolest, vlastní onemocnění (průjemovitá stolice), strach |
| I2               | žádné nejsou   |
| I3               | vlastní spánkové obtíže – lehké spaní                    |
| I4               | bolest, obavy o dceru                                    |
| I5               | strach, vlastní onemocnění (obtíže s dýcháním)           |

# Výsledky

- **3 kategorie a jejich podkategorie**

Tabulka 6 Kategorie 2B – Vnější faktory ovlivňující spánek pacientů

| <b>Informant</b> | <b>Vnější faktory ovlivňující spánek pacientů</b> |
|------------------|---|
| I1               | ostatní pacienti, hluk přístrojů                  |
| I2               | změna prostředí                                   |
| I3               | hluk okolí, hlučný personál                       |
| I4               | hluk okolí (ostatních pacientů), změna prostředí  |
| I5               | hluk přístrojů, přístup personálu                 |

# Výsledky

- **3 kategorie a jejich podkategorie**

Tabulka 7 Kategorie 3 – Ošetřovatelské intervence vedoucí k zlepšení spánku pacientů

| <b>Informant</b> | <b>Ošetřovatelské intervence vedoucí k zlepšení spánku pacientů</b>          |
|------------------|--|
| I1               | vyvětrání pokoje, zatáhnutí žaluzií, zavření okna, laskavý přístup personálu |
| I2               | neví   |
| I3               | zlepšení přístupu personálu – tišší chování                                  |
| I4               | přesvědčena, že spánek pacientů se příliš zlepšit nedá                       |
| I5               | zlepšení přístupu personálu, lepší rozmístění pacientů po pokojích           |

# Diskuze

- „Je spánek hospitalizovaných pacientů dostatečně uspokojivý?“ → různé, individuální výsledky
- „Jaké faktory nejvíce ovlivňují spánek nemocných v nemocnici?“ → z vnitřních faktorů strach, bolest a obtíže způsobené onemocněním, z vnějších faktorů hluk, změna prostředí a netaktní přístup personálu
- „Jakými intervencemi může ošetrovatelský personál zlepšit kvalitu spánku pacientů?“ → laskavý a empatický přístup personálu, uvážlivější rozmístění pacientů na pokojích a péče o okolí lůžka pacienta

# Doporučení pro praxi

- individualizovat péči o pacientův spánek
- přizpůsobit péči o spánek pacienta jeho potřebám
- edukovat sestry ohledně pravidel spánkové hygieny a vést je k jejich aktivnímu používání v praxi

# Závěr

- **Cíle byly splněny.**
- Vnímání kvality spánku v nemocnici je subjektivní.
- Faktory ovlivňující spánek pacientů jsou vnitřní, např. strach, bolest a obtíže způsobené vlastním onemocněním, a vnější, např. hluk, změna prostředí a přístup personálu.
- Spánek pacientů lze zlepšit laskavým přístupem personálu a péčí o okolí lůžka pacienta.



# Otázky k obhajobě

Vedoucí



Oponent

1. světový den spánku... (poslední pátek před jarní rovnodenností – letos tedy 19. 3. 2021)
2. melatonin = hormon zodpovědný za regulaci spánku; produkce se spouští ve tmě (mezi 3. a 4. hodinou ranní); správná produkce může být podpořena vystavením se světlu ve dne, a naopak absolutní tmě v noci (nošení masky na spaní)

**DĚKUJI ZA POZORNOST.**