



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 b) v nemocnici
2. Faktory ovlivňující spánek pacientů	a) vnitřní faktory 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.**