

2011年护士社区护理：长期卧床病人失眠的家庭护理 \_ 护士  
资格考试 \_ PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文  
[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/2/2021\\_2022\\_2011\\_E5\\_B9\\_B4](https://www.100test.com/kao_ti2020/2/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_2571.htm)

[\\_E6\\_8A\\_A4\\_c21\\_2571.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/2/2021_2022_2011_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_2571.htm) 长期卧床病人失眠的家庭护理：做好病人的心理护理，安排好病人的生活，给予积极的治疗。偏瘫病人，高位截瘫病人，以及晚期癌症病人等，均需长期卧床，生活不能自理，长期需要他人护理，容易形成心理障碍，导致失眠。这些病人的失眠有多种表现形式，如入睡困难、早醒、睡眠浅、多梦等。若要对长期卧床病人的失眠进行有效治疗，首先须了解导致患者失眠的原因，然后采取有针对性的措施，方能收到满意的效果。导致患者失眠的原因主要有：（1）身体不适与痛苦：长期卧床的病人，除经受原有的疾病折磨外，还有许多并发症，如没完没了的疼痛，不能自我控制的大小便、便秘、失语等，不分白天黑夜地困扰着病人，导致入睡困难、多梦等。来源：考试大（2）精神抑郁和紧张：长期卧床的病人较整日忙碌的人考虑事情多，常常是担心这、不放心那。如担心疾病难以治愈，连累家人，给家庭加重经济负担，日后无法生活；平日的亲朋好友、领导、同事对自己不象以前那样尊重等。这些是卧床患者常有的心态，存有这类心态，势必加重心理负担，产生精神抑郁，紧张情绪，成为失眠的重要因素。（3）生活环境与节律发生改变：病人长期卧床，脱离了工作岗位，缺少同事间的谈笑，没有了体育运动，使自己习惯的生活节律彻底改变，大多数患者不适应这种新的生活环境，因此而导致失眠。针对上述原因，患者的家庭有的放矢地进行护理和照料，应做好以下几点：（1）做好病人的心理护理：让病人对自

己的病情有所了解，能够正确对待疾病，并尽可能地帮助病人树立起战胜疾病的信心。尽量鼓励病人做能够自理的事，使他感到自己还能行，还不至于完全依赖别人，这样会更加坚定患者生活的信心。一些重症晚期而产生康复无望心理的病人，常常忧心忡忡、烦躁不安，此时各种安慰都可能是苍白无力的。最好坐下来坦率地告诉病人可能出现的后果，商谈如何安排后事，请病人放心，或许能使病人安静下来。

(2) 安排好病人的生活：每天早晨给病人洗脸梳头，着装整洁，尽可能使病人象病前一样。饭菜尽量适合患者的口味，多食水果、蔬菜，适宜补充瘦肉、鸡蛋等。睡前坚持给病人用温水洗脚。给病人安排好适当的体位和枕头。睡前不要让病人吃的过饱，不要看一些惊险的小说和电视。床头放些能发出香味的水果、睡前喝一杯糖水，或听一会轻音乐可使病人入眠。

(3) 给予积极的治疗：长期卧床患者的睡眠情况不强求同健康人一样，白天、夜间睡眠时间常不成比例，总的睡眠时间无明显减少就行。除整日不眠或严重失眠者，一般无需治疗，对实在难以入睡的病人，可在睡前服用适量的安定类催眠药；对有明显焦虑的病人，让其睡前服多虑平50毫克，既有助于入眠，又能解除精神紧张；若疼痛难忍，导致失眠，考虑应用止痛剂。更多信息请访问：百考试题护士网校 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)