

儿科护士夜班压力状况调查分析与对策

刘丽平, 岳晓燕, 邱生林

(四川大学华西第二医院儿科, 四川成都, 610041)

[摘要] **目的** 探讨儿科护士夜班压力状况, 并提出对策。**方法** 采用自行设计的调查问卷, 对 112 名儿科护士夜班压力感和来源进行调查。**结果** 110 名护士 (98.2%) 认为夜班工作压力感较强或很大。工作繁重, 人员、物资配备不足和工作与家庭的矛盾是压力主要来源。**结论** 合理有效配置护理人员, 充足物品供给, 减少工作冗余环节能有效地降低护士夜班工作的压力, 并能充分调动护士的积极性和创造性, 从而提高护理质量。

[关键词] 儿科; 夜班; 护士; 工作压力

[中图分类号] R47 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2013)01-0020-03 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2013.01.06、

Survey on the pressures from night shifts and the countermeasures

Liu Liping Yue Xiaoyan, Qiu Shenglin // Modern Clinical Nursing, -2013, 12(1):20

[Abstracts] **Objective** To investigate the pressures from night shifts among nurses from pediatrics department and find the countermeasures. **Methods** A self-designed questionnaire was used to investigate the pressures from night shifts among 112 nurses from pediatrics department as well as the reasons. **Results** 110 of the nurses (98.2%) assumed that the pressures from night shifts was intensive. The main reasons for the pressures came out of heavy workload, shortage of staff and stuff and the unsettled balance between job and family. **Conclusion** Such measures as reasonable distributions of nurses, abound supply of stuff and reduced working links may be effective for the alleviation of the pressures on nurses at night shifts, motivated activeness in them and then the enhancement of nursing quality.

[Key words] department of pediatrics; night shifts; nurses; work pressure

护士是高压力的职业, 儿科护士更因其服务对象的特殊性, 工作常处于饱和状态, 尤其是夜班护士因长期的负性压力, 严重影响其心理健康, 而护士心理健康直接关系到护理质量及效果^[1-2]。笔者自 2010 年 3 ~ 9 月对本院儿科夜班护士工作压力状况进行了调查, 现将结果报道如下。

[收稿日期] 2011-11-12

[作者简介] 刘丽平 (1973-), 女, 四川荣县人, 主管护师, 本科, 主要从事儿科护理工作。

1 对象与方法

1.1 对象

2010 年 3 ~ 9 月, 选择本院儿科 112 名夜班护士, 均为女性, 年龄 21 ~ 38 岁, 中位数 28.38 岁。夜班年限 2 ~ 16 年, 中位数 8.26 年。职称: 护士 67 名, 护师 33 名, 主管护师 12 名。学历: 中专 32 名, 大专 72 名, 本科 8 名。

1.2 方法

在参考护士工作压力源量表^[3]的基础上, 自

究[J]. 中国医药指南, 2011, 9(17): 175-176.

[5] Ernell S, Ayah J, Julie S. et al. The registered nurse population march 2000. U S A. department of health and human services health resources and service [J]. Administration division of Nursing, 2002, 25: 257.

[6] 中共中央国务院. 关于发展城市社区卫生服务的指导意见[S]. 2006 年.

[7] 谷青芳, 薛文星. 我国社区护理现存的问题及对

策[J]. 家庭护士, 2007, 5(8): 35-37.

[8] 王菊芳, 孙伟芳, 陈丽红. 对上海社区护理发展趋势的探讨[J]. 中华医院管理杂志, 2005, 21(1): 66-69.

[9] 齐华, 代桂芝, 刘东. 北京市永康社区居民护理服务需求分析与对策[J]. 中国全科医学, 2004, 7(9): 652-653.

[本文编辑: 郑志惠]

行设计调查问卷,内容包括护士基本情况、对目前夜班工作主观压力感及来源。夜班压力感分很大压力、较大压力、一般和没有压力 4 个备选答案。共发放调查问卷 112 份,回收有效问卷 112 份,回收有效率 100.0%。

1.3 统计学方法

数据采用统计描述方法。

2 结果

2.1 儿科夜班护士压力感情况

112 名夜班护士中,有 110 名 (98.2%) 认为夜班工作压力感较强或很大,只有 2 名 (1.8%) 认为夜班工作压力一般。

2.2 儿科夜班护士压力来源情况

儿科夜班护士压力来源情况见表 1。从表 1 可见,工作繁重,人员、物资配备不足是儿科夜班护士压力的主要来源,分别占 91.1% 和 97.3%;工作与家庭的矛盾也是压力的重要来源,占 87.5%。

表 1 儿科夜班护士压力来源情况 ($n = 112$)

项目	n	百分率 (%)
工作繁重	102	91.1
人员物资配备不足	109	97.3
工作家庭关系矛盾	98	87.5
沟通不足	86	76.8
技术熟练程度	12	10.7
其他	56	50.0

3 讨论

3.1 儿科夜班护士压力状况的分析

本调查结果显示,112 名夜班护士中,有 110 名 (98.2%) 认为夜班工作压力感较强或很大,其主要压力源具体分析如下。

3.1.1 夜班工作压力大 本调查结果显示,91.1% 儿科夜班护士认为,工作繁重是压力的主要来源。本院为西部地区最大的妇女儿童专科医院,儿科患者来源复杂。夜间收治急重症患者较多,病情复杂性和不可预见性,需要护士反复观察病情,及对病情做出正确反应,不能出现丝毫疏忽,否则就会危及患者健康甚至生命。而且夜间输液次数多,输液持续时间长,抢救操作次数频繁,这些都

对夜班护士的身心造成很大压力。

3.1.2 人力和物资配置不足 本调查还发现,97.3% 儿科夜班护士认为,人力配置不足是压力的主要来源。本院儿科护士数量相对不足,急重症患者较多,经常加床,以致使护士超负荷劳动;还有呼吸机、心电监护设备等数量不足,需要护士到他科外借;某些药物需要护士到药房拿取,增加工作量。

3.1.3 自身因素 长期夜班导致护士生活不规律,睡眠紊乱,严重影响身心健康;处于恋爱、生育期的护士因不规律的作息时间影响家庭,夜班时容易产生压力;部分护士技能不够熟练,在单独处理危重患者时缺乏信心,担心产生差错;工资福利待遇较低,自觉劳动付出与收入不成比例,心理不平衡,自我价值感不高,以上的种种因素使护士产生一定的心理压力。

3.1.4 沟通不足 本调查结果还显示,76.8% 护士认为沟通不足是工作压力的主要来源。分析原因如下,夜班护士要执行下午的医嘱,如患者病情变化大,临时医嘱较多,造成护士工作量增加;医护、护患之间的矛盾,使护士对工作的满意度下降^[4-5]。

3.2 对策

3.2.1 保证设备物资供给,减少夜班时物资不足的压力 增加科室的心电监护仪和呼吸机台数;总务护士做到每天下午下班前清点并补充齐物资;通过引入中央运输系统,护士取回设备和药物的压力大为减轻。

3.2.2 增进医护沟通 与医生沟通,尽量做到白天将医嘱开完,从而减小夜班工作量。

3.2.3 建立健全护理夜查房机制 每天由护理部安排两名高年资护士到病房检查护士夜班执行情况,对当班护士及时提供支持和鼓励。如发现问题及时与当班护士沟通,制订对策,完善护理工作流程,如遇收治危急重症患者,实行前后夜班相互支持制度;紧急情况下,临时安排加强班护士,从一定程度上缓解夜班护士人力资源的紧张。

3.2.4 营造良好的工作氛围 护理专业是高压力的专业,良好的社会支持对维护护士的身心健康是非常重要的和必要的^[6]。召开医护共同参加的座

谈会以加强同事之间相互了解,建立和谐的工作关系。护士长充分理解和关护士,根据工作量进行合理的人员编配^[7-8]。通过护理组的每周例会加强与夜班护士的沟通 and 交流,关心她们的工作、学习和生活,充分肯定其工作成绩,让护士感到自己处于一种被信任、被尊重、被重视的主人翁地位,激发护士的工作热情,提高工作效率和自身应对的能力。

3.2.5 护士的自我调节 护士自身可以通过参加各种类型的心理咨询和培训,必要时寻求社会的帮助,以不断转变观念,提高自身的修养^[9],树立正确的价值观,积极面对现实,提高社会和工作适应能力。努力提高自身的业务素质和能力,不断充实自己,善于积极调整自己的心态,学会客观地看待得与失,正确认识自我工作价值,增强自信心。

4 结论

本调查结果显示,儿科夜班护士压力感较大,工作繁重,人员、物资配备不足和工作与家庭的矛盾是压力主要来源。合理有效配置护理人员,充

足物品供给,减少工作冗余环节,能有效地降低护士夜班工作的压力,并能充分调动护士的积极性和创造性,从而提高护理质量。

参考文献:

- [1] 刘海英. 护理轮班制度对护士的影响及缓解措施[J]. 护理学杂志, 2003, 18(5): 395.
- [2] 冯桂英, 邬蕴仪. 儿科病房护士工作压力的调查研究[J]. 当代护士, 2003, (7): 57.
- [3] 李小妹, 刘彦君. 护士工作压力源及工作疲溃感的调查研究[J]. 中华护理杂志, 2000, 35(11): 647.
- [4] 张君英. 心血管内科夜班护士心理压力原因及对策[J]. 实用护理学杂志, 2010, 20(4): 83-84.
- [5] 蔡文锦. 夜班护士的心理压力分析及应对措施[J]. 中国医学创新, 2010, 7(4): 133-134.
- [6] 胡艳娜, 李青, 张景屹. 护士压力及社会支持研究进展[J]. 现代临床护理, 2008, 7(8): 72-73.
- [7] 曹琚. 护士工作压力分析及对策[J]. 医学信息, 2010, 23(5): 298.
- [8] 黄自娟, 吴云雁. 94名儿科病房护士心理状况调查分析及对策[J]. 中国当代医药, 2010, 17(1): 97-101.
- [9] 吕玉娣, 李冬妹. 临床护士心理健康状况分析及对策[J]. 现代临床护理, 2005, 4(2): 11.

[本文编辑: 郑志惠]

~~~~~

· 编读往来 ·

## 禁止一稿多投

“一稿多投”是指作者把自己的一部作品同时或者先后发给不同的出版社或其他媒体,即多次使用同一作品的行为。对科技期刊来说,一篇投稿的录用需要经过初审、外审、定稿等多个流程,同时需要编辑花费大量的时间和精力进行修改,如果作者同时向多个刊物投稿,必将导致大量的重复性劳动和编辑资源浪费,将严重伤害科技期刊和广大作者的利益。敬请各位作者慎重选择投稿刊物,并确定前一次投稿已被退稿后再行改投。

[ 本刊编辑部 ]