

COVID-19 Pandemi Sürecinde Yoğun Bakım Ünitesinde Yatan Hastaların Uyku Kalitesi ve Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi: Kesitsel Çalışma

Determination of Sleep Quality and Affecting Factors of Patients in the Intensive Care Unit during the COVID-19 Pandemic: Cross-Sectional Study

Kübra Pamuk¹  Nuray Turan²  Gülsün Özdemir Aydın² 

¹Sağlık Bilimleri Üniversitesi İstanbul Eğitim ve Araştırma Hastanesi, İstanbul, TÜRKİYE
²İstanbul Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı, İstanbul, TÜRKİYE

Geliş tarihi/ Date of receipt: 03/09/2022 **Kabul tarihi/ Date of acceptance:** 05/05/2023
© Ordu University Faculty of Health Sciences, Department of Nursing, Türkiye, **Published online:** 15/10/2023

ÖZ

Amaç: Bu araştırma, COVID-19 pandemi sürecinde yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların uyku kalitesini ve etkileyen faktörleri saptamak amacı ile gerçekleştirildi.

Yöntem: Kesitsel türdeki araştırmanın evrenini, bir eğitim araştırma hastanesinin yoğun bakım ünitesinde yatan hastalar, örneklemini ise 198 hasta oluşturdu. Araştırma verileri toplanırken Hasta Bilgi Formu ve Richards Campbell Uyku Ölçeği kullanıldı.

Bulgular: Hastaların %55.6'sı erkek, yaş ortalamaları 56.82±17.33 (min.-max.:16-95) yıl, %78.8'i evli, %24.7'si emekli ve %96.4'ü sağlık güvencesine sahipti. Yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği toplam puan ortalamasının 44.71±14.88 ve %61.1'inin uyku kalitesinin kötü olduğu saptandı. Ev ortamında uykuya rahat geçen, uyku sorunu yaşamayan ve yoğun bakım ünitesi deneyimi olmayan, uykusunun etkilenmediğini ifade eden, uykuya geçiş için ilaç kullanan ve kendilerini huzursuz hissetmeyen hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamaları istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$).

Sonuç: Yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların uyku kalitelerinin kötü düzeyde olduğu ve hastaların bireysel özelliklerinin uyku kalitesini olumsuz yönde etkilediği görüldü. Bu kapsamda, yoğun bakım ünitesinde uyku kalitesini arttırmak için çevre düzenlemesinin yapılması ve hemşirelerin hizmet içi eğitim programlarına katılarak farkındalığının artırılması önerilebilir.

Anahtar kelimeler: COVID-19, yoğun bakım ünitesi, uyku kalitesi, hemşirelik

ABSTRACT

Objective: This research was carried out to determine the sleep quality and affecting factors of patients hospitalized in the intensive care unit during the COVID-19 pandemic.

Methods: The cross-sectional study population consisted of patients in the intensive care unit of a training and research hospital, and the sample consisted of 198 patients. Research data were collected through the Patient Information Form and the Richard-Campbell Sleep Questionnaire.

Results: 55.6% of the patients were male, the mean age was 56.82±17.33 (min.-max.:16-95) years, 78.8% were married, 24.7% were retired, and 96.4% had health insurance. It was determined that the Richards Campbell Sleep Scale total score average of the patients hospitalized in the intensive care unit was 44.71±14.88, and 61.1% had poor sleep quality. It was determined that the Richard-Campbell Sleep Questionnaire mean scores of the patients who slept comfortably in the home, did not have sleep problems and had no experience in the intensive care unit, who stated that their sleep was not affected, who used drugs for the transition to sleep and did not feel restless, were significantly higher ($p<0.05$).

Conclusion: It was observed that the sleep quality of the patients in the intensive care unit was at a bad level, but the individual characteristics of the patients affected the sleep quality negatively. It can be recommended to make environmental arrangements to increase the sleep quality in the intensive care unit and increase nurses' awareness by participating in in-service training programs.

Keywords: COVID-19, intensive care unit, sleep quality, nursing


ORCID IDs of the authors: KP: 0000-0002-0784-5490; NT: 0000-0002-8362-3427; GÖA: 0000-0003-0550-3195

Sorumlu yazar/Corresponding author: Doç. Dr. Nuray Turan

İstanbul Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Hemşirelik Esasları Anabilim Dalı, İstanbul, TÜRKİYE

e-posta/e-mail: nkaraman@istanbul.edu.tr

Atıf/Citation: Pamuk K, Turan N, Aydın GÖ. (2023). COVID-19 pandemi sürecinde yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların uyku kalitesi ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi: Kesitsel çalışma. Ordu Üniversitesi Hemşirelik Çalışmaları Dergisi, 6(3), 533-541. DOI:10.38108/ouhcd.1170229

 Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

Giriş

Uyku, vücudun kendini yenilemesi ve insanın sağlıklı bir şekilde yaşamını sürdürmesi için gereken temel bir gereksinimdir (Erdöl, 2014; Tapan ve ark., 2022). Uyku kalitesinin azalması, bireylerin bağışıklık sisteminin bozulmasına, hastalık ve enfeksiyona duyarlılıkta artmaya, enerji düzeylerinin azalmasına ve iyileşmenin gecikmesine neden olabilmektedir (Lin ve ark., 2021; Stewart ve ark., 2017). Bu bağlamda; kaliteli uyku hastalıklardan korunmanın ve iyileşmenin önemli bir anahtarı olarak kabul edilmektedir (Carrera-Hernández ve ark., 2018; Chan ve ark., 2012).

Hastanede yatan hastaların, uyku-uyanıklık döngüsünü çeşitli faktörler etkileyebilmekte ve bunun sonucunda sirkadiyen ritimleri bozulabilmektedir. Buna ek olarak, hastaların sağlık sorunları, bakım ve tedavi uygulamaları, hastane ortamı da uyku kalitesini etkilemektedir. Uyku sorunları, var olan hastalığın ciddiyetine bağlı olarak hastaların iyileşme veya taburcu olma süresinin uzaması adına bir risk faktörü olabilmektedir (Carrera-Hernández ve ark., 2018; Pamuk ve Turan, 2022; Tapan ve ark., 2022).

COVID-19, sağlıklı/hasta bireyin uyku kalitesini etkilemekte, uykuya dalmada güçlüğü ve uykusuzluğa neden olabilmekte ve bunun sonucunda sirkadiyen ritmi değiştirebilmektedir (Domaç ve Karacı, 2020; Liguori ve ark., 2020; Sultana ve ark., 2020). Ayrıca uyku süresi ve uyku kalitesindeki azalma, sağlıklı/hasta bireyin bağışıklık sistemini olumsuz yönde etkileyerek enfeksiyon riskini arttırabilmektedir. Literatürde, birey için yeterli süredeki kaliteli uykunun viral enfeksiyonlara karşı immüniteyi desteklediği vurgulanmaktadır (Pamuk ve Turan, 2022; Stewart ve ark., 2017). Bu nedenle özellikle hastaların uyku kalitesi ve uyku süresinin arttırılması son derece önem taşımaktadır (Liguori ve ark., 2020; Lin ve ark., 2021; Xiao ve ark., 2020).

COVID-19 pandemisinde yapılan çalışmalar, genellikle klinikte yatan hastaların yaşadıkları uyku sorunlarına yöneliktir (Bohlken ark., 2020; Jahrami ve ark., 2021). Bu araştırmalarda COVID-19 nedeni ile hastaların %4-22'sinin uyku sorunları deneyimledikleri belirlenmiştir (Cao ve ark., 2017; Lu ve ark., 2019; Salari ve ark., 2020). Ancak literatür incelendiğinde, yoğun bakım ünitesinde (YBÜ) yatan hastaların COVID-19 pandemisinde uyku sorunlarının belirlenmesine ilişkin sınırlı sayıda çalışma bulunmaktadır (Alimoradi ve ark., 2021; Jahrami ve ark., 2021; Zhang ve ark., 2020).

Aynı zamanda, yoğun bakım ortamında COVID-19 pandemisine ek olarak uykuyu etkileyen çeşitli faktörler yer almaktadır. Bu faktörler; bireysel özellikler, hastalıklar, ağrı, ışık, yabancı ortam, ilaç tedavisi, çevresel gürültü, ölüm kaygısı, alışık olmadık ortam kokuları, invaziv girişimler, yabancı insanların varlığı, aileden uzak kalma ve mahremiyet kaybıdır (Lin ve ark., 2021; Pamuk ve Turan, 2022; Xiao ve ark., 2020). Bu sorunlara COVID-19 pandemisinin de eklenmesi, hastaların YBÜ'de deneyimledikleri uyku kalitesine ilişkin sorunlarının ne kadar ciddi boyutta ve yaşamsal olduğunu göstermektedir (Alimoradi ve ark., 2021; Engwall ve ark., 2015; Jahrami ve ark., 2021).

Günümüzde COVID-19 pandemisi ve birçok bilinmezlikle birlikte YBÜ'ye yatışların artacağı kaçınılmazdır. YBÜ'de yatan hastalarda ise, uykunun iyileşme sürecine etkisi düşünüldüğünde, uyku kalitesinin artırılması son derece önem kazanmaktadır. Ayrıca COVID-19'da hastaların uyku kalitesini etkileyen faktörlerin belirlenmesi, uyku kalitesinin arttırılmasına yönelik hemşirelik girişimlerinin saptanmasına yardımcı olacaktır (Pataka et al.,

2021). Bu kapsamda YBÜ'de hemşirelerin, hastaların uykuya ilişkin sorunları tanılama ve gerekli çevresel düzenlemeyi sağlama gibi çeşitli rol ve sorumlulukları bulunmaktadır. Bu çalışma COVID-19 pandemisinde YBÜ'de yatan hastaların uyku kalitesini belirlemek ve uyku kalitesini etkileyen faktörleri saptamak amacı ile gerçekleştirildi.

Araştırma Soruları

1. COVID-19 pandemisinde YBÜ'de yatan hastaların bireysel ve hastalık özellikleri nelerdir?
2. COVID-19 pandemisinde YBÜ'de yatan hastaların uyku kaliteleri hangi düzeydedir?
3. COVID-19 pandemisinde YBÜ'de yatan hastaların bireysel ve hastalık özellikleri uyku kalitesi düzeylerini etkiler mi?

Yöntem

Araştırmanın Türü

Araştırma kesitsel türde gerçekleştirildi.

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini, 31.01.2022-25.07.2022 tarihleri arasında İstanbul'da bir eğitim ve araştırma hastanesinin YBÜ'de yatan hastalar oluşturdu. Örneklemine ise power analizi (G*Power V 3.1.9.2 Franz Faul, Universität Kiel, Almanya) sonucunda (Engwall ve ark., 2015) hasta sayısı 198 olarak saptandı. Araştırmaya dahil edilme kriterleri arasında; hastaların YBÜ'de yatarak bakım ve

tedavi edilmesi, 18 yaş ve üzerinde olması, en az 3 gün YBÜ'de yatıyor olması bilinç durumu ve duyu organları açısından bir sorununun olmaması ve Glaskow Koma Skalası (GKS) puanının 9 ve üstünde olması oluşturdu.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verileri, Hasta Bilgi Formu ve Richards Campbell Uyku Ölçeği aracılığı ile toplandı.

Hasta Bilgi Formu: Literatür doğrultusunda araştırmacılar tarafından (Atar ve ark., 2012; Bai ve ark., 2020; Boyko ve ark., 2017; Jahrami ve ark., 2021; Korompeli ve ark., 2017; Pamuk ve Turan, 2022) geliştirilen bu form, iki bölümden oluşmaktadır. Hastanın cinsiyeti, yaşı, mesleği, medeni durumu, sağlık güvencesi, öğrenim durumu, gelir durumu, yoğun bakımda yatma deneyimi ve solunum desteği alma durumu birinci bölümde yer aldı. Ev ortamında uykuya kolay geçme ve uyku sorunu yaşama durumu, YBÜ'de uyku sorunu yaşama, uykuyu etkileyen faktörler, uyku için ilaç kullanma ve kendini huzursuz hissetme durumlarına yönelik sorular ise ikinci bölümde bulundu. Hasta Bilgi Formu, YBÜ'ye yatışı yapılan hastalara araştırmacılar tarafından uygulandı.

Richards Campbell Uyku Ölçeği (RSCQ): Bu ölçek, gece uykusunun derinliğini, uykunun kalitesini, uykuya dalma süresini, uyandığında uyanık kalma süresini, uyanma sıklığını ve ortamdaki gürültü düzeyini belirlemek amacı ile Richards (1987) tarafından geliştirildi. Altı maddeden oluşan ölçeğin Türk diline uyarlaması Özlü ve Özer (2015) tarafından yapıldı. 25 ve altı ölçek puanı "çok kötü uykuyu", 76 puan ve üzeri ölçek puanı ise "iyi uykuyu" belirtmektedir. Ölçek toplam puanı 5 madde üzerinden değerlendirilmekte, ortamdaki gürültü düzeyini değerlendiren 6. madde toplam puan değerlendirmesi dışında bırakılmaktadır. Ölçek puanı arttıkça, bireylerin uyku kaliteleri de artmaktadır. Richards (1987) tarafından geliştirilen orijinal ölçeğin Cronbach α değeri 0.82'dir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında ise 0.92'dir (Özlü ve ark., 2015). Bu çalışmada, ölçeğin Cronbach α değeri 0.96 olarak belirlendi. Çalışmada Richards Campbell Uyku Ölçeği, YBÜ'de yatan hastalara araştırmacılar tarafından üçüncü gün sabahında uyku kalitesini belirlemek amacı ile uygulandı.

Araştırma Verilerinin Toplanması

Veri toplamaya başlamadan önce kurum izni ve etik onay alındı. Araştırmacılar tarafından YBÜ'de yatan hastalara araştırmanın amacı, içeriği hakkında

bilgi verildi. Çalışmaya katılmayı kabul eden yatışı yapılan hastalara, araştırmacılar tarafından Hasta Bilgi Formu ve 3.gün sabahında ise Richards Campbell Uyku Ölçeği uygulandı. Araştırma verileri, YBÜ'de yatan hastaların bakım ve tedavilerini etkilemeyecek zaman dilimlerinde araştırmacılar tarafından toplandı.

Verilerin analizi

Veriler, IBM-SPSS 22 programında analiz edildi. Tanımlayıcı istatistiksel yöntemleri olarak sayı, yüzde, ortalama, standart sapma ve bağımlı değişkenlerin normal dağılımının değerlendirilmesinde Kolmogorov-Smirnov testi uygulandı. Parametrik yöntemlerden iki bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verilerin karşılaştırılmasında Tek yönlü (One way) ANOVA testi kullanıldı. Veriler, %95 güven aralığında ve %5 anlamlılık düzeyinde incelendi.

Bulgular

COVID-19 pandemisinde YBÜ'de yatan hastaların %55.6'sının erkek, yaş ortalamalarının 56.82 ± 17.33 yıl (min.-maks.:16-95), %78.8'i evli, %37.9'unun ortaöğretim mezunu, %24.7'sinin emekli, %96.4'ünün sağlık güvencesinin olduğu ve %90.4'ünün gelirinin giderini karşıladığı belirlendi. Hastaların %70.7'sinin daha önce YBÜ'ye yatış deneyiminin olmadığı ve %34.8'inin solunumu oda havası ile gerçekleştirildiği saptandı (Tablo 1).

Hastaların ev ortamında %82.3'ünün kolay uykuya geçtiği ve %67.7'sinin uyku sorunu yaşamadığı belirlendi. Ancak YBÜ'de yatan hastaların %89.9'unun uykusunun etkilendiği ve uykuyu etkileyen faktörler sırasıyla incelendiğinde ışık (%21.6), ses (%21'i insan kaynaklı ve %15.5'i cihaz kaynaklı), ağrı (%11.8) ve bakım uygulamaları (%8.5) olduğu saptandı. Ayrıca hastaların %40.9'u uykuya geçişte herhangi bir ilaç kullanmaya gereksinim duymadıklarını ve %91.9'u uykuya geçişte kendilerini huzursuz hissettiklerini ifade ettikleri belirlendi (Tablo 2).

COVID-19 pandemisinde, YBÜ'de yatan hastalar için Richards Campbell Uyku Ölçeği toplam puan ortalamasının 44.71 ± 14.88 (min.-maks.: 18-82), %61.1'inin uyku kalitesinin kötü olduğu, alt boyut puan ortalamalarında bir gece önce gece uykusunun 49.49 ± 14.88 (min.-maks.=20-90), %62.6'sının kötü, dün gece uykuya dalmada 47.63 ± 15.17 (min.-maks.=20-80), %65.6'sının kötü, dün gece uyanma sıklığında 44.60 ± 15.36 (min.-maks.=20-80), %68.2'sinin kötü, dün gece

uyanık kalma süresinde 41.72 ± 15.38 (min.-maks.=1-80), %69.2'sini kötü, dün gece uyku kalitesinde 40.15 ± 16.38 (min.-maks.=10-90), %65.7'sinin kötü olduğu saptandı (Tablo 3).

Tablo 1. Hastaların bireysel ve hastalık özelliklerinin dağılımı (n=198)

Özellikler	n	%
Yaş ortalaması (yıl): 56.82 ± 17.33 (min.-maks.:16-95)		
Cinsiyet		
Kadın	88	44.4
Erkek	110	55.6
Medeni durumu		
Evlü	156	78.8
Bekar	42	21.2
Öğrenim durumu		
Okur-yazar değil	18	9.1
Okur-yazar	41	20.7
İlköğretim	33	16.7
Ortaöğretim	75	37.9
Yükseköğretim ve üstü	31	15.7
Mesleği		
Memur	29	14.6
İşçi	11	5.6
Emekli	49	24.7
Serbest meslek	38	19.2
Ev hanımı	47	23.7
Öğrenci	10	5.1
Diğer	14	7.1
Sağlık güvencesi		
SGK	186	93.9
Özel sigorta	5	2.5
Sağlık güvencesi yok	7	3.5
Gelir durumu		
Geliri gideri karşılıyor	179	90.4
Gelir gideri karşılamıyor	19	9.6
Daha önce YBÜ deneyimi		
Evet	58	29.3
Hayır	140	70.7
Solunum desteği alma durumu		
Oda havası	69	34.8
Nazal oksijen	41	20.7
Maske ile oksijen	30	15.2
Mekanik ventilasyon	58	29.3

Hastaların ev ortamında %82.3'ünün kolay uykuya geçtiği ve %67.7'sinin uyku sorunu yaşamadığı belirlendi. Ancak YBÜ'de yatan hastaların %89.9'unun uykusunun etkilendiği ve uykuyu etkileyen faktörler sırasıyla incelendiğinde ışık (%21.6), ses (%21'i insan kaynaklı ve %15.5'i cihaz kaynaklı), ağrı (%11.8) ve bakım uygulamaları (%8.5) olduğu saptandı. Ayrıca hastaların %40.9'u uykuya geçişte herhangi bir ilaç

kullanmaya gereksinim duymadıklarını ve %91.9'u uykuya geçişte kendilerini huzursuz hissettiklerini ifade ettikleri belirlendi (Tablo 2).

Tablo 2. Hastaların ev ortamında ve yoğun bakım ünitesinde uyku durumlarının dağılımı (n=198)

Özellikler	n	%
Ev ortamında uykuya kolay geçme		
Evet	163	82.3
Hayır	35	17.7
Ev ortamında uyku sorunu yaşama		
Evet	64	32.3
Hayır	134	67.7
YBÜ'de uyku sorunu yaşama		
Evet	178	89.9
Hayır	19	10.1
YBÜ'de uykuyu etkileyen faktörler*		
Işık	176	21.6
İnsan kaynaklı ses	171	21
Cihaz kaynaklı ses	126	15.5
Ağrı	96	11.8
Bakım uygulamaları	69	8.5
YBÜ'de uyku için ilaç kullanma		
Evet	81	40.9
Hayır	117	59.1
YBÜ'de kendini huzursuz hissetme		
Evet	182	91.9
Hayır	16	8.1

*Birden fazla yanıt verilebilmiştir.

COVID-19 pandemisinde, YBÜ'de yatan hastalar için Richards Campbell Uyku Ölçeği toplam puan ortalamasının 44.71 ± 14.88 (min.-maks.: 18-82), %61.1'inin uyku kalitesinin kötü olduğu, alt boyut puan ortalamalarında bir gece önce gece uykusunun 49.49 ± 14.88 (min.-maks.=20-90), %62.6'sının kötü, dün gece uykuya dalmada 47.63 ± 15.17 (min.-maks.=20-80), %65.6'sının kötü, dün gece uyanma sıklığında 44.60 ± 15.36 (min.-maks.=20-80), %68.2'sinin kötü, dün gece uyanık kalma süresinde 41.72 ± 15.38 (min.-maks.=1-80), %69.2'sini kötü, dün gece uyku kalitesinde 40.15 ± 16.38 (min.-maks.=10-90), %65.7'sinin kötü olduğu saptandı (Tablo 3).

Hastaların bireysel ve diğer değişkenlere ilişkin özellikleri Tablo 4'te incelendi. Cinsiyet, medeni durum, öğrenim durumu meslek, gelir durumu, sağlık güvencesi gibi bireysel özellikler ve solunum desteği alma durumuna göre Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmadı ($p > 0.05$). Ancak daha önce yoğun bakım deneyiminin bulunması, daha önce ev ortamında uyku sorunu yaşamaması, yoğun bakımda uyku için ilaç kullanılması ve yoğun

bakımda kendini huzursuz hissetme değişkenlerine göre hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği

puan ortalaması açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlendi ($p<0.05$) (Tablo 4).

Tablo 3. Hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamalarının dağılımı (n=198)

Değişkenler	Ort.	S.S.	Min.	Maks.	Çok kötü		Kötü		İyi		Çok iyi	
					n	%	n	%	n	%	n	%
Dün gece uykum	49.49	14.88	20	90	8	4	124	62.6	52	26.3	14	7.1
Dün gece uykuya dalma	47.63	15.17	20	80	9	4.5	129	65.2	51	25.8	9	4.5
Dün gece uyanma sıklığı	44.60	15.36	20	80	16	8.1	135	68.2	37	18.7	10	5.1
Dün gece uyanık kalma süresi	41.72	15.38	10	80	20	10.1	137	69.2	37	18.7	4	2
Dün gece uykunun kalitesi	40.15	16.38	10	90	31	15.7	130	65.7	31	15.7	6	3
Toplam Puan	44.71	14.88	18	82	15	7.6	121	61.1	55	27.8	7	3.5

Ort.: Ortalama. S.S.:Standart Sapma. Min.:Minimum. Maks.:Maksimum

Tablo 4. Hastaların bireysel ve hastalık özelliklerine göre Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=198)

Değişkenler	Richards Campbell Uyku Ölçeği			
	Ort.±S.S.	İstatistiksel analiz	p	
Cinsiyet ^a	Kadın	45.47±15.55	-0.763	0.445
	Erkek	44.10±14.37		
Medeni durum ^b	Evli	45.00±14.70	0.514	0.608
	Bekar	43.66±15.69		
Öğrenim durumu ^c	Okur-yazar değil	45.77±17.59	1.340	0.256
	Okur-yazar	40.14±12.84		
	İlköğretim	44.42±15.05		
	Ortaöğretim	46.32±14.07		
	Yükseköğretim ve üstü	46.58±17.01		
Meslek ^c	Memur	47.58±17.06	0.919	0.483
	İşçi	49.27±13.77		
	Emekli	42.93±12.77		
	Serbest meslek	44.00±15.21		
	Ev hanımı	42.68±15.39		
Sağlık güvencesi ^c	Öğrenci	50.80±17.36	0.214	0.808
	Diğer	45.85±13.50		
	SGK	44.82±14.94		
Gelir durumu ^b	Özel sigorta	45.60±20.61	1.909	0.260
	Sağlık güvencesi yok	41.14±9.65		
Daha önce YBÜ deneyimi ^b	Geliri gideri karşılıyor	45.32±14.86	-3.673	p<0.001*
	Gelir gideri karşılamıyor	38.33±14.39		
Solunum desteği alma durumu ^c	Evet	38.86±11.50	1.144	0.333
	Hayır	47.14±15.47		
	Oda havası	46.17±16.29		
	Nazal oksijen	46.87±14.93		
	Maske ile oksijen	42.00±14.21		
	Mekanik ventilasyon	42.71±14.88		
	Toplam	44.71±14.88		

Tablo 4. (devam) Hastaların bireysel ve hastalık özelliklerine göre Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamalarının karşılaştırılması (n=198)

Değişkenler	Richards Campbell Uyku Ölçeği			
		Ort.±S.S.	İstatistiksel analiz	p
Ev ortamında uykuya kolay geçme ^a	Evet	45.93±15.08	-2.385	0.017
	Hayır	39.02±12.60		
Ev ortamında uyku sorunu yaşama ^a	Evet	39.40±12.54	-3.547	0.000*
	Hayır	47.25±15.28		
YBÜ'de uykunun etkilenme ^b	Evet	42.48±13.03	-7.236	0.000*
	Hayır	65.168±15.56		
YBÜ'de uyku için ilaç kullanma ^b	Evet	47.94±15.72	-3.968	0.001*
	Hayır	40.04±12.24		
YBÜ'de kendini huzursuz hissetme ^a	Evet	42.51±12.89	-5.543	p<0.001*
	Hayır	69.75±13.32		

^a: Mann-Whitney-U ^b: Student t testi ^c: One Way ANOVA RCUÖ: Richards Campbell Uyku Ölçeği

*p<0.05 **Birden fazla neden işaretlenmiştir.

Tartışma

Geçmişten günümüze var olan salgın hastalıkların sağlıklı/hasta bireyler üzerine yarattığı fizyolojik ve psikolojik etkileri daha önce araştırılmış olsa da COVID-19'un uyku üzerine etkisini belirlemeye yönelik uluslararası ve ulusal çalışmalar oldukça sınırlıdır (Zhang ve ark., 2020). Bu kapsamda çalışma, özellikle COVID-19 pandemisinde YBÜ'de yatan hastaların uyku kalitesini ve etkileyen faktörleri belirlemek amacı ile gerçekleştirildi.

COVID-19 hastalarının %32.3'ünün ev ortamında uyku sorunu yaşadığı, YBÜ'ye yatış ile birlikte bu oranın %89.9'a yükseldiği belirlendi. Hastaların geçmişte deneyimlediği uyku sorunları, COVID-19 pandemisinde YBÜ koşullarında duyarlılığını artırabilmektedir (Beck ve ark., 2021). Cruz ve arkadaşlarının (2020) yaptıkları kesitsel çalışmada, hastaların %60'ının uyku sorunları deneyimledikleri ve son 12 ay içinde uyku ilacı kullanmaya başladıkları saptandı. Araştırmanın bu bulgusu yapılan çalışmalar ile benzer olmakla birlikte, COVID-19 pandemisinde önce hastane ortamında çeşitli sorunlar nedeni ile hastaların yaşadıkları uyku sorunlarının COVID-19 pandemisi ile birlikte arttığını göstermektedir.

YBÜ'de yatan hastalarının yaklaşık yarısının uykuya dalmada ilaca gereksinim duymazken, neredeyse tamamı (%91.9) YBÜ'de kendilerini huzursuz hissettiklerini ifade ettiği belirlendi. COVID-19 pandemi sürecinde, virüsün bulaş hızı ve ölüm korkusu ile hastalar psikolojik olarak kendilerini huzursuz hissetmişlerdir (Kotfis ve ark., 2020; Yakut, 2020). Bu kapsamda yüksek düzeyde COVID-19 korkusu gibi çeşitli yaşamsal faktörlerin

bu süreçte, hastaların psikolojik sağlığını tehdit ettiği ve kendilerini daha stresli olarak değerlendirdikleri görülmektedir. Özellikle yoğun bakım ortamı ile ilişkili gürültü, sürekli ışığa maruz kalma, hasta bakım uygulamaları, tanı ve tedavi prosedürleri gibi çevresel faktörler hastaların uyku sorunlarına neden olabilmektedir. COVID-19 pandemisinde yoğun bakım hastalarının %89.9'unun uyku aktivitesinin etkilendiğini, uyumalarına engel olan en önemli faktörün başında ise ışık olduğu saptanmıştır. Gün boyunca yoğun parlak ışığa maruz kalma, hastalarda özellikle gece melatonin düzeylerini arttırmaktadır (Pamuk ve Turan, 2022). Melatonin düzeylerinin yaşla birlikte azalması nedeniyle yaşlı bireylerin COVID-19'a daha duyarlı olabileceği bilinmektedir (Liguori ve ark., 2020; Lu ve ark., 2019; Shneider ve ark., 2020). COVID-19 pandemisinde hastanede yatan hastalarda özellikle yoğun bakım ortamında çevresel faktörlerin uyku sorunlarının gelişmesinde önemli bir rol oynadığı belirlenmiştir. Uyku sorunları YBÜ'de yatan hastalarda sıklıkla görülmekle birlikte ve bunun sonucunda uyku kalitesi azalmakta, uykunun evrelerinde değişime, uyarılarda artmaya ve sirkadiyen ritimde değişikliklere neden olabilmektedir (Pamuk ve Turan, 2022; Zhank ve ark., 2020).

Pandemide, YBÜ'de yatan hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği toplam puan ortalamasının 44.71±14.88 olduğu saptandı. Ölçek puanına göre, YBÜ'de yatan hastaların uyku kalitelerinin kötü düzeyde olduğu tespit edildi. Yaşam aktivitelerinden biri olan uyku, vücudun birçok sistemini etkileyerek organizmanın çevre ile etkileşimini kısa süreliğine durdurmaktadır (Ersoy

ve ark., 2016; Knauert ve ark., 2015). Uyku, sağlıklı/hasta bireyin dinlenmesi, hayatta kalması, vücut onarımı, iyileşme ve esenliği için son derece önemlidir (Jahrami ve ark., 2021; Pamuk ve Turan, 2022). Adrenal hormonlarının salgılanması, deri onarımı, büyüme hormonunun salgılanması, dokularının iyileşmesi, böbreklerden fosfat atılımı uyku sırasında meydana gelmektedir (Çulha ve ark., 2020). Uyku sırasında organizmanın bedensel yanıtları ve davranışsal aktivitesi yavaşlamakta; dinlenme durumu artarak vücut geçişleri pasif olarak kabul edilmektedir. Tersine beyin uyku sırasında aktiftir ve nörofizyolojik iyileşme sağlanmaktadır. İyileşme, bedenin fiziksel ve zihinsel olarak zinde olması için gerekli bir koşuldur (Algın ve ark., 2016; Erdöl, 2014; Kankaya ve Bilik, 2019). Araştırma sonuçlarına göre, hastalarının uyku kalitesinin kötü bulunmasının yoğun bakımdaki diğer koşullarla da ilişki olabileceğini düşündürdü.

Richards Campbell Uyku Ölçeği alt boyutları dün gece uykusunun 49.49 ± 14.88 , dün gece uykuya dalmada 47.63 ± 15.17 , dün gece uyanma sıklığında 44.60 ± 15.36 , Dün gece uyanık kalma süresinde 41.72 ± 15.38 , dün gece uyku kalitesinde 40.15 ± 16.38 ve dün gece gürültü seviyesinde 33.69 ± 16.74 olduğu görüldü. Araştırmada bireylerin bir önceki gecenin uyku durumuna ilişkin puan aralığının 25 ve altı ölçek puanı çok kötü uykuyu, 76 puan ve üzeri ölçek puanı ise iyi uykuyu belirtmektedir. Ölçek alt boyutlarına göre hastaların iyi uyku deneyimlemediklerini göstermektedir. YBÜ’de yatan hastaların uyku alışkanlıklarının değiştiği, uyku kalitesinin ve süresinin azaldığı, gece uykusunun arttığı belirtilmektedir (Carrera-Hernández ve ark., 2018; Lin ve ark., 2021). Araştırmanın bu bulgusu YBÜ’lerde uyku için iyileştirici uygulama yönergelerinin bulunmadığını, hasta popülasyonuna göre uyku süreleri arasında farklılık görüldüğü ve hastaların var olan sağlık sorunlarına bağlı olarak uyku sürelerinin azaldığını göstermektedir (Demir ve Öztunç, 2017; Locihova ve ark., 2020). Bu durum bilinmezlikle mücadele edildiği COVID-19 pandemisinde, yoğun bakımda yatan hastalar için beklenen bir sonuç olarak değerlendirilebilir.

Bu araştırmada, YBÜ deneyimi olmayan hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasının yüksek olduğu görüldü. Yoğun bakımda yatma, hastaların yoğun bakım ve sonraki

dönemde psikolojik boyutları üzerinde etkili olabilmekte ve daha sonraki iyileşme sürecini olumsuz etkileyebilmektedir (Engwall ve ark., 2015; Pamuk ve Turan, 2022; Tony ve ark., 2020). Çalışmanın bu bulgusu, literatür ile uyumlu olup YBÜ’ye ilişkin herhangi bir deneyimi olmayan hastaların uyku kalitesi için olumlu bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Ev ortamında uykuya rahat geçen hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasının yüksek olduğu saptandı. Bu bulgu, insanların en rahat ettiği ve bilindik bir ortam olan evlerinde uykuya rahat geçmeleri beklenen bir sonuç olarak değerlendirilmektedir. Ev ortamında uyku sorunu yaşamayan hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasının yüksek olduğu belirlendi. Araştırmanın bu bulgusu, ev ortamında var olan çevresel faktörlerin sınırlandırılarak uyku sorunlarının önüne geçilebileceğini ve bunun sonucunda uyku sorunlarının ortaya çıkmadığının bir göstergesi olabileceğini düşündürdü. Yoğun bakım ortamında, uykusunun etkilenmediği ifade eden hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasının daha yüksek olduğu görüldü. Yapılan çalışmalarda COVID-19 pandemisinde, uyku bozukluklarına ilişkin sorunların genellikle yatıştan 7 gün sonra en yüksek düzeye ulaştığı saptanmıştır (Liguori ve ark., 2020; Lin ve ark., 2021; Tony ve ark., 2020). Araştırmanın bu bulgusu yapılan çalışmaların aksine yoğun bakım ortamına yatış sonrası üçüncü günde belirlenen uyku kalitesi dışında hastaların asıl yatış nedenleri olan tıbbi sorunlarına odaklandıklarını, yaşam aktivitelerinden biri olan ve diğer aktiviteleri de doğrudan ve dolaylı etkileyebilecek uyku aktivitesini göz ardı ettiklerini göstermektedir.

İlaç kullanan hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasının daha yüksek olduğu saptandı. Araştırmanın bu bulgusu YBÜ’de yatan hastaların erken dönemde uyku sorunlarının ya da uyku bozukluklarının tanınarak gerekli bakım ve tedavilerin başladığını göstermesi adına sevindiricidir. YBÜ’de kendilerini huzursuz hissetmeyen hastaların Richards Campbell Uyku Ölçeği puan ortalamasının huzursuz hissetmeyenlerden daha yüksek olduğu belirlendi. Araştırmanın bu bulgusu, YBÜ deneyimi olmayan hastalar için kendilerini yabancı hissetmediklerini ve terapötik bir ortam yaratıldığını göstermesi adına oldukça önemlidir.

Sonuç ve Öneriler

Yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların uyku kalitelerinin kötü düzeyde olduğu saptandı. Hastaların yoğun bakım deneyiminin olması, ev ortamında uyku sorunu yaşaması, yoğun bakımda uyku için ilaç kullanılması ve kendilerini bu ortamda huzursuz hissetmelerinin uyku kalitelerini olumsuz yönde etkilediği belirlendi. Bu kapsamda, YBÜ’de hastaların uyku kalitesini arttırmak için çevre düzenlemelerinin yapılması, bakım ve tedavi saatlerinin hastanın uyku kalitesini etkilemeyecek biçimde düzenlenmesi önerilebilir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırma sonuçları sadece bir eğitim-araştırma hastanesinin YBÜ’de gerçekleştirildiği için örneklem grubundaki hastalar ile sınırlıdır ve bu nedenle genellenemez.

Araştırmanın Etik Yönü/ Ethics Committee

Approval: Araştırmanın uygulanabilmesi için Sağlık Bakanlığı COVID-19 Bilimsel Araştırma Platformu (2021-10-29T21)’ndan yazılı izin ve T.C. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmalar Etik Kurulu’ndan (Tarih: 06.01.2022 Sayı: 279956) etik onay alındı. Çalışmaya katılmayı kabul eden hastalardan bilgilendirilmiş sözlü ve yazılı olurları alınarak araştırmaya başlandı. Ayrıca ölçeğin kullanımı için ölçek yazarından mail ortamında yazılı izin alındı.

Hakem/Peer-review: Dış hakem değerlendirmesi.

Yazar Katkısı/Author Contributions: Fikir/Kavram: KP, NT, GÖA Tasarım: KP, GÖA Danışmanlık: NT Veri toplama ve Veri İşleme: KP, GÖA Analiz/Yorum: GÖA, NT Kaynak tarama: KP, Makalenin yazımı: KP, NT, GÖA Eleştirel inceleme: NT, GÖA.

Çıkar çatışması/Conflict of interest: Araştırmacılar herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Finansal Destek/Financial Disclosure: Bu araştırma için finansal destek alınmamıştır.

Çalışma Literatüre Ne Kattı?

- Yoğun bakım ünitesinde yatan COVID-19 hastalarında uyku sorunları prevalansı yüksektir.
- Yoğun bakım ünitesinde yatan COVID-19 hastalarında, yetersiz uykunun sonuçları çok yönlü, çeşitli ve geniş kapsamlıdır. Ülkemizde yapılan çalışmalar ise oldukça sınırlıdır.

Kaynaklar

Algın Dİ, Akdağ G, Erdinç O. (2016). Kaliteli uyku ve uyku bozuklukları. Osmangazi Tıp Dergisi, 38 (Özel Sayı 1), 29-34.

Alimoradi Z, Broström A, Tsang HW, Griffiths MD, Haghayegh S, Ohayon, MM, ve ark. (2021). Sleep problems during COVID-19 pandemic and its’ association to psychological distress: A systematic review and meta-analysis. *EClinicalMedicine*, 36, 100916. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.100916>

Atar NY, Kırbıyık E, Kaya N, Kaya H, Turan N, Palloş N, ve ark. (2012). Bir üniversite hastanesinin cerrahi kliniğinde yatan hastaların uyku kalitesi ve uyku durumunu etkileyen faktörler. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*, 4(2), 74-84.

Bai Y, Wang X, Huang Q, Wang H, Gurarie D, Ndeffo-Mbah M, ve ark. (2020). SARS-CoV-2 infection in health care workers: A retrospective analysis and a model study. *Sleep Medicine*. <https://doi.org/10.1101/2020.03.29.20047159>

Beck F, Léger D, Fressard L, Peretti-Watel P, Verger P, Coconel Group. (2021). Covid-19 health crisis and lockdown associated with high level of sleep complaints and hypnotic uptake at the population level. *Journal of Sleep Research*, 30(1), e13119. <https://doi.org/10.1111/jsr.13119>

Bohlken J, Schömig F, Seehagen T, Köhler S, Gehring K, Roth-Sackenheim C, ve ark. (2020). Experience of practice-based psychiatrists and neurologists during the COVID-19 pandemic. *Psychiatrische Praxis*, 47(4), 214-217.

Boyko Y, Jennum P, Nikolic M, Holst R, Oerding H, Toft P. (2017). Sleep in intensive care unit: The role of environment, *Journal of Critical Care*, 37, 99-105.

Cao X-L, Wang S-B, Zhong B-L, Zhnag L, Ungvari GS, Ungvari, GS, ve ark. (2017). The prevalence of insomnia in the general population in China: a meta-analysis. *PLoS One*, 12(2), e0170772.

Carrera-Hernández L, Aizpitarte-Pejenaute E, Zugazagoitia-Ciarrusta N, Goñi-Viguria R. (2018). Patients’ perceptions of sleep in a critical care unit. *Enfermería Intensiva (English ed.)*, 29(2), 53-63.

Chan MC, Spieth PM, Quinn K, Parotto M, Zhang H, Slutsky AS. (2012). Circadian rhythms: from basic mechanisms to the intensive care unit. *Critical Care Medicine*, 40(1), 246–253.

Cruz MM, Miyazawa M, Gozal D. (2020). Putative contributions of circadian clock and sleep in the context of SARS-CoV-2 infection. *European Respiratory Journal*, 55(6), 2001023. <https://doi.org/10.1183/13993003.01023-2020>

Çulha Y, Turan N, Aydın GÖ, Kaya H, Aştı TA. (2020). Hemşirelik öğrencilerinde iletişim teknolojisi kullanımının uyku ve fiziksel aktivite düzeyi üzerine etkisi. *Hemşirelik Akademik Araştırma Dergisi*, 6(3), 433-441.

Demir G, Öztunç G. (2017). Gürültünün yoğun bakım ünitesinde yatan hastaların gece uykusu ve yaşamsal bulguları üzerine etkisi. *Türk Yoğun Bakım Dergisi*, 15(3), 107-116.

- Domaç MF, Karacı R. (2020). COVID-19 ve uyku. Uludüz D, Özge A, editörler, Nörolojik Bilimler ve COVID-19. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Engwall M, Fridh I, Johansson L, Bergbom I, Lindahl B. (2015). Lighting, sleep and circadian rhythm: An intervention study in the intensive care unit. *Intensive and Critical Care Nursing*, 31, 325-335.
- Erdöl HŞ. (2014). Uyku. Aştı TA, Karadağ A, editörler. *Hemşirelik Esasları*. İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri, s.1100-1114.
- Ersoy EO, Yüce GD, Duru S, Fırat H, Ardıç S, Kurt B. (2016). Obstrüktif uyku apne sendromunda laboratuvar parametrelerinin yeri. *Türk Uyku Tıbbi Dergisi*, 3,1-5.
- Jahrami H, BaHammam AS, Bragazzi NL, Saif Z, Faris M, Vitiello MV. (2021). Sleep problems during the COVID-19 pandemic by population: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Clinical Sleep Medicine*, 17(2), 299-313.
- Kankaya EA, Bilik O. (2019). Three enemies of circadian rhythm: anxiety, sleeplessness and pain in patients following open-heart surgery. *Clinical and Experimental Health Sciences*, 9(3), 246-252.
- Knauert MP, Haspel JA, Piasni MA. (2015). Sleep loss and circadian rhythm disruption in the intensive care unit. *Clinics in Chest Medicine*, 36, 419-429.
- Korompeli A, Muurlink O, Kavrochorianou N, Katsoulas T, Fildissis G, Baltopoulos G. (2017). Circadian disruption of ICU patients: A review of pathways, expression, and interventions. *Journal of Critical Care*, 38, 269-277.
- Kotfis K, Roberson SW, Wilson JE, Dabrowski W, Pun BT, Ely EW. (2020). COVID-19: ICU delirium management during SARS-CoV-2 pandemic. *Critical Care*, 24(1), 1-9.
- Liguori C., Pierantozzi M., Spanetta M., Sarmati L., Cesta N., Iannetta M, ve ark. (2020). Subjective neurological symptoms frequently occur in patients with SARS-CoV2 infection. *Brain Behavior and Immunity*, 88, 11-16.
- Lin LY, Wang J, Ou-Yang XY, Miao Q, Chen R, Liang F. X., et al. (2021). The immediate impact of the 2019 novel coronavirus (COVID-19) outbreak on subjective sleep status. *Sleep Medicine*, 77, 348-354.
- Locihova H, Axmann K, Ziakova K, Serkova, D. (2020). Effect of a multicomponent sleep protocol on sleep quality in conscious patients in the intensive care unit. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 7(3), 140-149.
- Lu L, Wang S-B, Rao W, Zhang Q, Ungvari GS, Ng CH, ve ark. (2019). The prevalence of sleep disturbances and sleep quality in older Chinese adults: a comprehensive meta-analysis. *Behavioral Sleep Medicine*. 17(6), 683-697.
- Özlü ZK, Özer N. (2015). Richard-Campbell Uyku Ölçeği geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Uyku Tıbbi Dergisi*, 2, 29-32.
- Pamuk P, Turan N. (2022). The effect of light on sleep quality and physiological parameters in patients in the intensive care unit. *Applied Nursing Research*, 66, 151607. <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2022.151607>
- Pataka A, Kotoulas S, Sakka E, Katsaounou P, Pappa S. (2021). Sleep dysfunction in COVID-19 patients: prevalence, risk factors, mechanisms, and management. *J. Pers. Med.* 11, 1203-1311. <https://doi.org/10.3390/jpm11111203>
- Salari N, Hosseinian-Far A, Jalali R, Vaisi-Raygani A, Rasoulpoor S, Mohammadi M., ve ark. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health*, 16(1), 57-68.
- Shneider A, Kudriavtsev A, Vakhrusheva A. (2020). Can melatonin reduce the severity of COVID-19 pandemic? *International Reviews of Immunology*, 39(4), 153-162.
- Stewart AJ, Green C, Stewart J, Tiruvoipati R. (2017). Factors influencing quality of sleep among non-mechanically ventilated patients in the Intensive Care Unit. *Australian Critical Care*, 30, 85-90.
- Sultana A, Sharma R, Hossain MM, Bhattacharya S, Purohit N. (2020). Burnout among healthcare providers during COVID-19 pandemic: Challenges and evidence-based interventions. *Indian Journal of Medical Ethics*, 5(4), 1-6.
- Tapan ÖO, Tapan U, Alasan F, Akgül FA, Genç S. (2022). Factors that affect sleep quality in hospitalized patients with COVID-19 Pneumonia. *Journal of Turkish Sleep Medicine*, 9, 51-56.
- Tony AA, Tony EA, Ali SB, Ezzeldin AM, Mahmoud, AA. (2020). COVID-19-associated sleep disorders: A case report. *Neurobiology of Sleep and Circadian Rhythms*, 9, 100057.
- Xiao H, Zhang Y, Kong D, Li S, Yang N. (2020). Social capital and sleep quality in individuals who self-isolated for 14 days during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in January 2020 in China. *Medical Science Monitor*, 26, e923921. <https://doi.org/10.12659/MSM.923921>
- Yakut E, Kuru Ö, Güngör, Y. (2020). Sağlık personelinin COVID-19 korkusu ile tükenmişliği arasındaki ilişkide aşırı iş yükü ve algılanan sosyal desteğin etkisinin yapısal eşitlik modeliyle belirlenmesi. *EKEV Akademi Dergisi*, 24(83), 241-262.
- Zhang H, Qin S, Zhang L, Feng Z, Fan C. (2020). A psychological investigation of coronavirus disease 2019 (COVID-19) patients in mobile cabin hospitals in Wuhan. *Annals of Translational Medicine*, 8(15), 941-952. <https://doi.org/10.21037/atm-20-4907>