

DOI: 10.3969/j.issn.1004-4949.2025.01.037

基于循证护理理念的护理干预对半导体激光脱毛效果及安全性的影响

李 燕

(广东药科大学附属第一医院整形美容科, 广东 广州 510080)

[摘要]目的 探究在半导体激光脱毛患者中采用基于循证护理理念的护理干预对其脱毛效果及安全性的影响。方法 选取2023年1月-12月于广东药科大学附属第一医院整形美容科接受半导体激光脱毛的130例患者为研究对象,随机分为对照组和观察组,各65例。对照组接受常规护理干预,观察组接受基于循证护理理念的护理干预,比较两组脱毛效果、临床相关指标、不良反应发生情况、护理满意度及疼痛程度。结果 观察组脱毛1、3、5个月后脱毛效果评分均高于对照组($P<0.05$);观察组总脱毛次数少于对照组,脱毛间隔时间、总脱毛时间、灼热感消退时间短于对照组,激光能量高于对照组($P<0.05$);观察组不良反应发生率为4.62%,低于对照组的13.85%($P<0.05$);观察组护理满意度为98.46%,高于对照组的87.69%($P<0.05$);观察组脱毛1、2 h后VAS评分均低于对照组($P<0.05$)。结论 在半导体激光脱毛患者中采用基于循证护理理念的护理干预可有效提升脱毛效果,并预防相关不良反应发生,从而有利于提高脱毛安全性,同时还能够减少脱毛次数,缩短脱毛时间,减轻疼痛程度,对于提高护理满意度具有积极意义。

[关键词] 半导体激光脱毛;循证护理理念;脱毛效果

[中图分类号] R473

[文献标识码] A

[文章编号] 1004-4949(2025)01-0146-04

Effect of Nursing Intervention Based on the Concept of Evidence-based Nursing on the Efficacy and Safety of Semiconductor Laser Hair Removal

LI Yan

(Department of Plastic Surgery, the First Affiliated Hospital of Guangdong Pharmaceutical University, Guangzhou 510080, Guangdong, China)

[Abstract]**Objective** To investigate the effect of nursing intervention based on the concept of evidence-based nursing on the efficacy and safety of hair removal in patients with semiconductor laser hair removal. **Methods** From January to December 2023, 130 patients who received semiconductor laser hair removal in the Department of Plastic Surgery, the First Affiliated Hospital of Guangdong Pharmaceutical University were selected as the research subjects, and they were randomly divided into control group and observation group, with 65 patients in each group. The control group was given conventional nursing intervention, and the observation group was given nursing intervention based on the concept of evidence-based nursing. The hair removal efficacy, clinical related indexes, adverse reactions, nursing satisfaction and pain level were compared between the two groups. **Results** The scores of hair removal efficacy in the observation group were higher than those in the control group at 1, 3 and 5 months after hair removal ($P<0.05$). The total number of hair removal in the observation group was less than that in the control group, the hair removal interval time, the hair removal total time and the burning sensation regression time were shorter than those in the control group, and the laser energy was higher than that in the control group ($P<0.05$). The incidence of adverse reactions in the observation group was 4.62%, which was lower than 13.85% in the control group ($P<0.05$). The nursing satisfaction of the observation group was 98.46%, which was higher than 87.69% of the control group ($P<0.05$). The VAS score of the observation group was lower than that of the control group at 1 and 2 h after hair removal ($P<0.05$). **Conclusion** The application of nursing intervention based on the concept of evidence-based nursing in patients with semiconductor laser hair removal can effectively improve hair removal efficacy and prevent the occurrence

of related adverse reactions, which is helpful to improve the safety of hair removal. At the same time, it can also reduce the number of hair removal, shorten hair removal time, reduce pain degree, which is of positive significance for improving nursing satisfaction.

[Key words] Semiconductor laser hair removal; Evidence-based nursing concept; Hair removal efficacy

脱毛 (hair removal) 属于目前临床较为常见且广泛普遍的美容行为之一, 激光脱毛技术的应用是目前的主流方式, 其通过利用能调节波长与脉宽等指标的激光, 在不损伤皮肤组织的基础上深入破坏局部毛囊结构, 从而达到脱毛效果, 其中可包括半导体激光、红宝石激光等不同类别^[1]。在半导体激光治疗的常规治疗护理中仅针对治疗过程的顺利开展进行过程性护理, 但在半导体激光治疗中由于治疗机制影响, 患者会出现不同程度不良反应, 严重者甚至能够影响后续治疗, 但常规护理的开展不能匹配临床患者案例实际所需。研究表明^[2], 基于循证护理理念的护理干预可进一步满足患者治疗需要。基于此, 本研究旨在探究在半导体激光脱毛患者中采用基于循证护理理念的护理干预对其脱毛效果及安全性的影响, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2023年1月-12月于广东药科大学附属第一医院整形美容科接受半导体激光脱毛的130例患者为研究对象, 随机分为对照组和观察组, 各65例, 均为女性。对照组年龄18~46岁, 平均年龄 (31.29 ± 4.95) 岁; 脱毛部位: 中额际4例, 眉间8例, 面颊部3例, 上唇14例, 脖颈部3例, 腋下61例, 胸部4例, 上肢19例, 下肢21例, 会阴部周围7例, 臀部4例。观察组年龄18~48岁, 平均年龄 (31.51 ± 4.89) 岁; 脱毛部位: 中额际3例, 眉间7例, 面颊部4例, 上唇15例, 脖颈部4例, 腋下62例, 胸部3例, 上肢18例, 下肢22例, 会阴部周围5例, 臀部5例。两组年龄及脱毛部位比较, 差异无统计学意义 ($P > 0.05$), 研究可比。本研究所有患者知情同意并签署知情同意书。

1.2 纳入与排除标准 纳入标准: 局部皮肤观察、毛发评估及患者主诉综合分析确定具备激光脱毛治疗指征^[3]; 能够配合研究及随访。排除标准: 局部皮肤破损或感染; 过敏体质; 瘢痕体质; 近期接受激光或其他脱毛治疗; 合并精神疾病, 无法正常沟通; 合并系统功能障碍疾病。

1.3 方法

1.3.1 对照组 接受常规护理: 治疗前常规进行局部

皮肤毛发评估以及备皮处理, 刮除毛发并进行局部清洁, 去除污垢与油脂, 而后在治疗局部涂抹冷凝胶, 依次进行光斑治疗, 治疗过程中持续关注患者个体感受以及情绪变化, 予以适时心理护理, 治疗结束后常规告知脱毛治疗后可能出现的不良反应, 指导患者相关应对方式, 并告知近期户外活动时应当注意局部防晒, 并且注意适当局部保护, 告知下次治疗合适时机以及预约治疗相关注意事项。

1.3.2 观察组 接受基于循证护理理念的护理干预: 基础治疗过程与护理内容同对照组, 另外在护理工作开展前建立循证护理小组, 组内成员针对激光脱毛治疗相关不良反应、疼痛问题进行护理经验总结, 并结合相关文献护理经验进行同步汇总。制定护理预防及应对措施, 首先, 在常规护理流程基础上增加治疗前护理准备以及治疗后护理指导内容, 患者治疗前均予以环境调整准备工作, 常规环境消杀以及准备一次性治疗床垫等物品准备。同时予以适当情绪疏导护理, 过程中通过语言沟通讲解以及图片、视频等方式讲解脱毛操作流程, 详细讲解激光脱毛相关治疗原理以及治疗过程、步骤, 为患者消除治疗相关疑惑, 并提前为患者进行局部皮肤拍照, 在后续治疗中与每次治疗效果进行对照观察, 使患者详细了解脱毛效果情况, 治疗过程中根据患者上一次治疗后不良反应调整合适治疗能量。治疗结束后首先予以患者冰袋与冷毛巾进行局部冰敷, 冰敷时间不超过30 min, 对于存在明显持续烧灼感、疼痛感、水肿等不良情况的患者适当涂抹烧伤软膏, 并针对患者后续居家护理方法、措施进行教育指导, 告知日常生活中避免再次自行脱毛处理, 做好局部保护措施, 直至下次治疗期间。对患者进行电话随访, 了解患者局部皮肤症状表现缓解情况、毛发生长情况, 并进行详细记录与对比, 并针对患者出现的相关问题再次进行针对性处理指导。

1.4 观察指标

1.4.1 评估两组脱毛效果 于脱毛1、3、5个月后采用自制评估量表评估脱毛效果, 包括治疗区域治

疗后毛发留存情况、皮肤颜色、皮肤触感3个方面,总分35~92分,分数越高表明脱毛效果越好。

1.4.2记录两组临床相关指标 记录两组总脱毛次数、平均单次脱毛间隔时间、总脱毛时间、灼热感消退时间(以患者主诉局部灼热疼痛感缓解、改善时间作为判定标准)及激光能量。

1.4.3记录两组不良反应发生情况 不良反应包括持续灼热痛、皮肤剥脱、粟粒疹、毛囊性水肿、水疱等。

1.4.4调查两组护理满意度 采用自拟的护理满意度量表进行调查,总分0~10分,0~5分为不满意,6~8分为基本满意,9~10分为非常满意。满意度=非常满意率+基本满意率。

1.4.5评估两组疼痛程度 于脱毛1、2 h后采用视觉模拟法(VAS)进行评估,总分0~10分,分数越高表明患者疼痛感越明显。

1.5 统计学方法 采用SPSS 29.0统计学软件进行数

据分析,计数资料以 $[n(\%)]$ 表示,行 χ^2 检验;计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,行 t 检验; $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组脱毛效果比较 观察组脱毛1、3、5个月后脱毛效果评分高于对照组($P < 0.05$),见表1。

2.2 两组临床相关指标比较 观察组总脱毛次数少于对照组,脱毛间隔时间、总脱毛时间、灼热感消退时间短于对照组,激光能量高于对照组($P < 0.05$),见表2。

2.3 两组不良反应发生情况比较 观察组不良反应发生率低于对照组($P < 0.05$),见表3。

2.4 两组护理满意度比较 观察组护理满意度高于对照组($P < 0.05$),见表4。

2.5 两组疼痛程度比较 观察组脱毛1、2 h后VAS评分均低于对照组($P < 0.05$),见表5。

表1 两组脱毛效果比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	<i>n</i>	脱毛1个月后	脱毛3个月后	脱毛5个月后
对照组	65	53.06 ± 4.91	65.13 ± 4.85	74.59 ± 5.03
观察组	65	61.88 ± 4.52	74.53 ± 4.73	85.37 ± 4.10
<i>t</i>		8.318	10.225	10.850
<i>P</i>		0.000	0.000	0.000

表2 两组临床相关指标比较($\bar{x} \pm s$)

组别	<i>n</i>	总脱毛次数(次)	脱毛间隔时间(周)	总脱毛时间(月)	激光能量(J/cm ²)	灼热感消退时间(h)
对照组	65	6.85 ± 1.22	5.30 ± 0.63	6.13 ± 1.94	28.79 ± 4.30	2.52 ± 0.34
观察组	65	5.41 ± 1.03	4.19 ± 0.58	5.11 ± 1.79	34.28 ± 4.09	1.35 ± 0.29
<i>t</i>		9.013	12.738	8.093	8.529	7.103
<i>P</i>		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表3 两组不良反应发生情况比较 $[n(\%)]$

组别	<i>n</i>	持续灼热痛	皮肤剥脱	粟粒疹	毛囊性水肿	水疱	发生率
对照组	65	4 (6.15)	1 (1.54)	1 (1.54)	2 (3.08)	1 (1.54)	9 (13.85)
观察组	65	2 (3.08)	0	0	1 (1.54)	0	3 (4.62)*

注: *与对照组比较, $\chi^2=6.248$, $P=0.012$ 。

表4 两组护理满意度比较 $[n(\%)]$

组别	<i>n</i>	非常满意	基本满意	不满意	满意度
对照组	65	32 (49.23)	25 (38.46)	8 (12.31)	57 (87.69)
观察组	65	43 (66.15)	21 (32.31)	1 (1.54)	64 (98.46)*

注: *与对照组比较, $\chi^2=12.017$, $P=0.000$ 。

表5 两组疼痛程度比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	脱毛1 h后	脱毛2 h后
对照组	65	1.33 ± 0.75	1.04 ± 0.66
观察组	65	0.78 ± 0.54	0.27 ± 0.41
t		6.972	6.030
P		0.000	0.000

3 讨论

半导体激光作用于人体时能够让局部毛囊产生光化学反应,同时搭配冷凝头进行局部治疗能够进一步降低激光治疗过程中对于局部毛囊以及皮肤组织产生的热效应损伤^[4]。然而,临床中半导体激光脱毛治疗患者仍然在周期性治疗后不可避免会出现不同程度的局部损伤及不良反应,在此次调研中较为常见包括局部持续灼热痛、毛囊性水肿以及水疱等^[5]。通过临床观察发现,此类不良反应能够通过护理干预以及相关指导帮助提升改善效率与效果^[6]。

本研究结果显示,观察组脱毛1、3、5个月 after 脱毛效果评分均高于对照组 ($P < 0.05$);观察组总脱毛次数少于对照组,脱毛间隔时间、总脱毛时间、灼热感消退时间短于对照组,激光能量高于对照组 ($P < 0.05$);观察组不良反应发生率低于对照组,护理满意度高于对照组 ($P < 0.05$);观察组脱毛1、2 h后VAS评分均低于对照组 ($P < 0.05$),提示在半导体激光脱毛患者中采用基于循证护理理念的护理干预可有效提升脱毛效果,有利于减少脱毛次数,缩短脱毛时间,减轻疼痛感,同时有利于降低不良反应发生率,提高患者满意度。分析原因,相较于常规护理,基于循证护理理念的护理干预,前期准备工作开展能够更为全面地框定治疗相关不良反应问题,而后在脱毛治疗后的护理指导及持续随访工作能够帮助提升患者不良反应的预防与恢复效果,使患者获得较为良好的治疗能量耐受度,由此提升整体治疗效率^[7]。而关于治疗前后的具体护理要点,通过总结与分析发现,在治疗结束后的冷敷等相关护理操作过程中应对患者进行后续居家护理要点指导,包括治疗后2 d内避免局部热水冲洗或清洁剂刺激,直至下次治疗的家庭护理过程中避免任何自

我脱毛、毛发去除相关操作^[8]。后续治疗时间根据患者每次毛发生长周期情况进行预估,并告知下次治疗的大致时间;治疗后1周内日常穿着衣物的选择避免各类紧身服装,确保服装面料透气且干爽,同时避免任何局部刺激行为活动,例如桑拿、游泳等^[9];饮食方面则避免饮用各种酒精饮料,尽可能减少海鲜的摄取^[10]。

综上所述,在半导体激光脱毛患者中采用基于循证护理理念的护理干预可有效提升脱毛效果,并预防相关不良反应发生,从而有利于提高脱毛安全性,同时还能够减少脱毛次数,缩短脱毛时间,减轻疼痛程度,对于提高护理满意度具有积极意义。

[参考文献]

- [1]王俊玲,张楚怡,王崴,等.1064 nm Nd:YAG激光在皮肤脱毛中的安全性和有效性分析[J].中国医疗美容,2022,12(3):45-49.
- [2]王晶,刘东平,刘小加,等.循证护理在点阵CO₂激光治疗瘢痕患者创面护理中的应用[J].国际医药卫生导报,2020,26(8):1169-1172.
- [3]陈洁,陈婷婷.半导体激光的能量密度对脱毛治疗有效性、安全性影响的研究[J].皖西学院学报,2021,37(5):59-62.
- [4]黄显,柴宝.激光在毛发性疾病中的应用[J].皮肤科学通报,2023,40(4):474-480.
- [5]夏芳.扩张颞浅岛状皮瓣联合激光脱毛治疗面颈部瘢痕的护理[J].组织工程与重建外科,2023,19(1):61-63.
- [6]李友瑾,伍艳群,汪海滨,等.舒适护理干预在Brent法耳廓再造术后半导体激光脱毛中的应用[J].中国美容医学,2022,31(10):181-183.
- [7]李艳,张晓,殷雨天,等.LightSheer半导体激光对Becker痣脱毛疗效的分析[J].中国皮肤性病学杂志,2022,36(1):54-59.
- [8]王森森,周静芬,钱齐宏,等.胶原贴敷料对面部激光脱毛术后皮肤护理的疗效观察[J].中国美容医学,2014(23):1990-1991,1994.
- [9]杨蓉娅,夏志宽,蔡宏.激光脱毛临床应用专家共识[J].实用皮肤病学杂志,2023,16(1):1-5.
- [10]余静,胡永璐,郝瑜.乳晕脱毛28例护理体会[J].中国美容医学,2012,21(5):856-857.

收稿日期: 2024-9-2 编辑: 扶田