

DOI: 10.3969/j.issn.1004-4949.2025.13.043

基于PERMA模式的护理干预对瘢痕整形患者 皮肤美学效果及对社会心理适应的影响

王玉雯

(贵州省人民医院皮肤科, 贵州 贵阳 552000)

[摘要]目的 分析基于PERMA模式的护理干预对瘢痕整形患者皮肤美学效果及对社会心理适应的影响。**方法** 选取贵州省人民医院2023年4月-2025年3月收治的120例瘢痕整形患者, 根据随机数字表法分为对照组和观察组, 各60例。对照组采取常规护理, 观察组采取基于PERMA模式的护理干预, 比较两组皮肤美学效果、创伤后成长评分、心理弹性评分及不良反应发生率。**结果** 观察组干预后红斑指数、黑色素指数均低于对照组 ($P<0.05$); 观察组干预后心理弹性各维度评分高于对照组, 创伤后成长评分也高于对照组 ($P<0.05$); 观察组不良反应发生率为3.33%, 低于对照组的16.67% ($P<0.05$)。**结论** 基于PERMA模式的护理干预应用于瘢痕整形患者中能够有效改善其皮肤红斑指数和黑色素指数, 提升患者创伤后成长水平和心理弹性, 同时能够降低不良反应发生率。

[关键词] PERMA模式; 瘢痕整形; 社会心理适应

[中图分类号] R473

[文献标识码] A

[文章编号] 1004-4949 (2025) 13-0175-04

Effect of Nursing Intervention Based on PERMA Model on Skin Aesthetic Effect and Psychosocial Adaptation in Patients Undergoing Scar Plastic Surgery

WANG Yuwen

(Department of Dermatology, Guizhou Provincial People's Hospital, Guiyang 552000, Guizhou, China)

[Abstract]Objective To analyze the effect of nursing intervention based on PERMA model on skin aesthetic effect and psychosocial adaptation in patients undergoing scar plastic surgery. **Methods** A total of 120 patients undergoing scar plastic surgery admitted to Guizhou Provincial People's Hospital from April 2023 to March 2025 were selected and divided into the control group and the observation group by the random number table method, with 60 patients in each group. The control group received conventional nursing, and the observation group received nursing intervention based on PERMA model. The skin aesthetic effect, post-traumatic growth score, psychological resilience score and adverse reaction rate were compared between the two groups. **Results** The erythema index and melanin index in the observation group after intervention were lower than those in the control group ($P<0.05$). The scores of each dimension of psychological resilience and post-traumatic growth score in the observation group after intervention were higher than those in the control group ($P<0.05$). The incidence of adverse reactions in the observation group was 3.33%, which was lower than 16.67% in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of nursing intervention based on PERMA model in patients undergoing scar plastic surgery can effectively improve their skin erythema index and melanin index, enhance patients' post-traumatic growth level and psychological resilience, and reduce the incidence of adverse reactions.

[Key words] PERMA model; Scar plastic surgery; Psychosocial adaptation

瘢痕整形 (scar plastic surgery) 是运用医学技术手段改善病理性瘢痕的外观形态、质地及功

能障碍, 旨在恢复皮肤正常解剖结构、缓解患者心理压力的一类修复性治疗^[1]。该治疗方式以修

复皮肤组织缺损和改善患者因瘢痕导致的社会功能适应性与生存质量为双重核心目标。常规护理在瘢痕整形中虽能完成基础生理支持,但存在局限性,其焦点多集中于生理指标,对患者因瘢痕暴露引发的心理困扰关注不足,难以缓解其因外貌改变产生的负面情绪^[2]。此外,常规护理社会功能支持薄弱,未系统引导患者重建社交信心或应对职业、家庭关系中因瘢痕可能面临的挑战,导致部分患者即使生理修复良好,仍难以回归正常生活^[3]。基于PERMA模式的护理干预将突破传统护理的单一生理视角,该护理模式从积极心理学的核心框架出发,通过积极情绪培养、专注投入引导、社会关系强化、生命意义建构、自我成就激励五大维度,为瘢痕整形患者提供全面护理^[4]。本研究重点分析基于PERMA模式的护理干预对瘢痕整形患者皮肤美学效果及对社会心理适应的影响,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取贵州省人民医院2023年4月—2025年3月收治的120例瘢痕整形患者,根据随机数字表法分为对照组和观察组,各60例。对照组男12例,女48例;年龄24~46岁,平均年龄 (34.15 ± 2.05) 岁;体重指数 $19.4 \sim 24.3 \text{ kg/m}^2$,平均体重指数 $(21.86 \pm 0.41) \text{ kg/m}^2$ 。观察组男14例,女46例;年龄25~47岁,平均年龄 (34.28 ± 2.10) 岁;体重指数 $19.4 \sim 24.1 \text{ kg/m}^2$,平均体重指数 $(21.35 \pm 0.44) \text{ kg/m}^2$ 。两组性别、年龄、体重指数比较,差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。本研究患者及家属均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:①年龄 ≥ 18 周岁;②近3个月内接受过瘢痕整形手术或规范化治疗;③资料完整。排除标准:①严重心、肝、肾等器官功能障碍或免疫缺陷疾病;②妊娠期;③存在认知障碍;④瘢痕局部存在急性感染;⑤近1个月内接受过其他心理干预;⑥无法配合定期随访。

1.3 方法

1.3.1 对照组 采取常规护理:使用 $32 \sim 37 \text{ }^\circ\text{C}$ 温水轻柔冲洗患处,冲洗后用干净毛巾或无菌纱布轻压吸干水分,取适量药物(凝胶、药膏、乳液类)置于清洁干燥的指腹,均匀点涂于患处。以指腹轻柔打圈按摩,按摩方向可沿皮肤纹理持续

约 $1 \sim 2 \text{ min}$ 至药物完全吸收。对于硅胶贴片类药物,指导患者根据瘢痕形状和大小精确裁剪贴片,将贴片平整、无皱褶地贴敷于瘢痕上。每周监测瘢痕增生情况,针对瘢痕挛缩部位进行渐进式关节活动训练,包括手指伸展、颈部旋转,2次/d,15 min/次,共干预6周。

1.3.2 观察组 采取基于PERMA模式的护理干预:

①积极情绪培养:发放定制化《积极情绪日记本》,护士指导患者每天睡前记录3件今日感到积极的事;每周五进行情绪分享会,患者自愿朗读日记片段;②专注投入引导:护士与患者共同制定《康复目标清单》;第1~2周:每日正确佩戴压力面罩 $\geq 12 \text{ h}$;完成3次正念呼吸训练;记录2件积极情绪事件;第3~4周:关节活动度恢复至术前80%,如颈部可左右旋转 90° ;完成5次手工艺活动;参加1次社交场景模拟;第5~6周:首次独立完成购物,如超市买日用品;在互助小组中分享1次康复经验;制作愿景板;使用目标进度墙,患者每完成1项子目标即粘贴 $\checkmark$,累计5个 $\checkmark$ 可兑换小奖励;③社会关系强化:招募同期住院或已出院的瘢痕整形患者,提前收集患者社交困扰作为小组讨论主题;通过优点盲盒游戏打破陌生感;邀请康复榜样分享经历,角色扮演练习回应技巧,1次/周,90 min/次;④生命意义建构:创伤叙事写作:用时间线法记录瘢痕形成的过程,重点标注关键转折点;聚焦瘢痕带来的感受变化,鼓励用隐喻表达;2次/周,40 min/次;愿景板制作:提供杂志、彩纸、胶水、便签纸等,鼓励患者收集与理想生活相关的图片;⑤自我成就激励:每周用手机拍摄1段30 s的康复日记,整理干预前后的瘢痕对比照片、活动照片;制作成可分享的电子相册,患者在出院时可拷贝带走,作为自我成长的见证。共干预6周。

1.4 观察指标

1.4.1 测定两组皮肤美学效果 采用Mexameter MX18测定红斑指数、黑色素指数,评分越高、红斑或黑色素越明显,上述各指标正常范围: ≤ 120 、 ≤ 200 。

1.4.2 评估两组心理弹性评分 包括坚韧、力量、乐观3个维度,各维度总分均0~25分,评分与心理弹性呈正相关。

1.4.3 评估两组创伤后成长评分 包括人际关系、新的可能性、个人力量、精神改变、欣赏生活5个维度,共20个条目,总分0~100分,评分与创伤后成

长程度呈正相关。

1.4.4 记录两组不良反应发生率 记录患者红斑、脱屑和灼热感的发生情况。

1.5 统计学方法 采用SPSS 24.0统计学软件进行数据分析, 计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 行 t 检验; 计数资料以 $[n(\%)]$ 表示, 行 χ^2 检验, 以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组皮肤美学效果比较 观察组干预后红斑指

数、黑色素指数均低于对照组($P < 0.05$), 见表1。

2.2 两组心理弹性评分比较 观察组干预后心理弹性各维度评分高于对照组($P < 0.05$), 见表2。

2.3 两组创伤后成长评分比较 观察组干预后创伤后成长评分高于对照组($P < 0.05$), 见表3。

2.4 两组不良反应发生率比较 观察组发生红斑、灼热感各1例; 对照组发生红斑5例、脱屑2例、灼热感3例; 观察组不良反应发生率为3.33% (2/60), 低于对照组的16.67% (10/60) ($\chi^2 = 4.537, P < 0.05$)。

表1 两组皮肤美学效果比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	红斑指数		黑色素指数	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	60	128.31 ± 10.48	113.23 ± 9.91	130.62 ± 8.51	102.18 ± 8.45
观察组	60	126.57 ± 10.26	101.46 ± 9.71	131.55 ± 8.89	98.74 ± 10.31
t		0.919	6.571	0.585	1.999
P		0.360	0.001	0.559	0.048

表2 两组心理弹性评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	坚韧		力量		乐观	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	60	11.83 ± 2.06	18.75 ± 1.24	10.75 ± 1.43	17.49 ± 1.13	12.43 ± 1.75	19.75 ± 1.03
观察组	60	11.75 ± 2.01	20.97 ± 1.12	10.69 ± 1.50	20.66 ± 1.06	12.35 ± 1.63	21.77 ± 1.19
t		0.215	10.291	0.224	15.848	0.259	9.942
P		0.830	0.000	0.823	0.000	0.796	0.000

表3 两组创伤后成长评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	干预前	干预后
对照组	60	42.48 ± 3.14	73.16 ± 2.59
观察组	60	42.41 ± 3.06	83.54 ± 2.61
t		0.124	21.867
P		0.902	0.000

3 讨论

瘢痕整形患者因疾病本身或治疗过程常面临明显的身体意象紊乱、心理应激反应及社会功能受损等问题^[5]。传统护理模式难以系统回应患者在情绪调节、社会连接、意义建构等方面的深层需求^[6]。PERMA模式作为积极心理学的核心理论

框架, 从积极情绪、投入、人际关系、意义和成就5个维度构建了完整的心理健康促进体系, 恰好与瘢痕整形患者的多维需求形成对应^[7]。

本研究结果显示, 观察组干预后红斑指数、黑色素指数均低于对照组($P < 0.05$)。究其原因: 基于PERMA模式的护理干预中通过投入维度鼓励患者主动参与皮肤护理, 提升治疗配合度, 进而加速皮肤屏障修复^[8, 9]; 人际关系支持则通过情感激励强化患者对皮肤管理的重视, 减少因烦躁或自卑导致的抓挠、摩擦等行为, 间接降低色素沉着风险^[10]; 意义维度帮助患者重新定义瘢痕的成长印记属性, 弱化对外貌的过度关注; 成就维度通过阶段性皮肤改善目标的实现, 增强患者自我效能感, 进一步巩固皮肤护理行为的持续

性^[11]。观察组干预后创伤后成长评分高于对照组 ($P<0.05$)。究其原因: PERMA模式的积极情绪维度通过引导患者关注康复过程中的小进步, 帮助其从创伤事件中提取正向体验, 打破固有认知; 投入维度鼓励患者将精力转向兴趣活动或康复训练, 获得创伤后新生的真实感; 人际关系支持为患者提供情感宣泄与经验分享的渠道, 通过他人康复案例的激励, 激发自身成长的信念; 意义维度通过引导患者思考瘢痕如何改变了自己, 推动其从受害者角色向幸存者和成长者身份转变; 成就维度通过设定并完成康复目标, 让患者切实感受到创伤带来的能力提升^[12]。观察组干预后心理弹性各维度评分高于对照组 ($P<0.05$)。究其原因: PERMA模式的积极情绪维度通过正念训练、情绪日记等方法, 帮助患者识别并调节负面情绪, 增强情绪稳定性^[13]; 投入维度引导患者参与康复相关的创造性活动, 在专注中转移对瘢痕的过度关注。人际关系支持构建稳定的情感支持网络, 减少孤立无援的无助感; 意义维度通过探讨瘢痕对人生的意义, 帮助患者找到痛苦经历的价值, 赋予心理压力以成长燃料的意义; 成就维度通过设置阶梯式康复目标, 让患者在逐步实现目标的过程中积累自我应对的成功经验^[14]。观察组不良反应发生率低于对照组 ($P<0.05$)。究其原因: PERMA模式的积极情绪维度通过降低患者因瘢痕外观产生的抵触情绪, 提升治疗依从性, 减少因不规范操作导致的感染或瘢痕加重风险^[15]; 投入维度鼓励患者主动学习瘢痕护理知识, 通过参与感增强对护理行为的认知与执行能力; 人际关系支持弥补患者因缺乏经验导致的护理盲区, 降低不当行为引发的不良反应; 意义维度帮助患者理解规范护理是减少瘢痕恶化的关键, 将被动配合转化为主动维护; 成就维度通过小目标的达成强化患者的自我管理信心, 降低整体不良反应发生风险^[16]。

综上所述, 基于PERMA模式的护理干预应用于瘢痕整形患者中能够有效改善皮肤美学效果、创伤后成长评分、心理弹性评分及不良反应发生率。

[参考文献]

- [1] 许静, 蔡志雨, 徐振雷. Maslow理论指导下护理干预对手部烧伤后瘢痕整形患者自护能力及术后康复的影响[J]. 中国美容医学, 2024, 33(5): 168-171.
- [2] 曾梅, 杨帆, 毛世芳, 等. 积极心理学理论指导下全程护理干

预在面部烧伤后瘢痕整形患者中的应用[J]. 中国美容医学, 2022, 31(10): 174-177.

- [3] 郭耿鸿, 陈嘉胜, 韩晓沙, 等. 瘢痕的激光治疗进展[J]. 中南大学学报(医学版), 2024, 49(2): 197-206.
- [4] 许娟娟, 刘蓉, 许腊梅. 精细化护理干预对化学灼伤患者心理状态及治疗效果的影响[J]. 工业卫生与职业病, 2023, 49(4): 371-373.
- [5] 葛维思, 董方. 人性化护理在手部烧伤患者瘢痕整形术后康复中的应用[J]. 保健医学研究与实践, 2022, 19(3): 119-121.
- [6] 杨笑, 盛丽, 栾美君, 等. 基于目标达成的分阶段康复管理联合视频宣教对老年颜面部烧伤患者自尊感和创面恢复的影响[J]. 老年医学与保健, 2023, 29(5): 1066-1070, 1075.
- [7] 裴海娜, 付强, 唐硕, 等. 医用皮肤护理软膏对微等离子射频治疗增生性瘢痕术后创面愈合的影响[J]. 实用皮肤病学杂志, 2025, 18(1): 31-35.
- [8] 纪丽娜, 张焱. 动机行为转化下的多轨道专科护理模式在老年瘢痕疙瘩患者中的应用[J]. 老年医学与保健, 2023, 29(1): 139-144.
- [9] 王海梅, 蔡艳丽, 李燕, 等. PERMA模式下心理干预在烧伤瘢痕修复术中的应用[J]. 中国美容医学, 2021, 30(10): 167-170.
- [10] 张锐, 杨兆敏. 疼痛管理结合焦点解决短期心理护理对烧伤整形植皮患者术后疼痛、负性情绪及社会支持度的影响[J]. 国际护理学杂志, 2023, 42(7): 1212-1215.
- [11] 沈鸣雁, 江志华, 劳玲娣, 等. 面部严重瘢痕挛缩患者行自体组织全面重建术的多学科护理1例[J]. 中华医学美容美容杂志, 2024, 30(1): 77-78.
- [12] 唐靖, 高佳丽. 精细化优质护理在对小儿面部烧伤整形美容缝合的效果观察[J]. 川北医学院学报, 2023, 38(2): 281-284.
- [13] 袁晓燕. 基于PERMA模式的护理干预应用于瘢痕整形患者对创伤应激障碍与社会心理适应情况的影响[J]. 医学美容美容, 2025, 34(7): 149-153.
- [14] 李真真, 闫红敏, 焦莎莎. 基于PERMA模式的护理措施对烧伤后瘢痕整形患者创伤后应激障碍、社会心理适应及生活质量的影响[J]. 海南医学, 2024, 35(16): 2405-2409.
- [15] 丁飒飒, 李锋, 郜青, 等. 基于赋能理论的多维护理对颜面部瘢痕整形术患者的影响[J]. 国际护理学杂志, 2025, 44(4): 702-705.
- [16] 唐莉, 尹锐, 兰婷, 等. 护理干预对微等离子体射频治疗面部痤疮瘢痕的疗效观察[J]. 皮肤病与性病, 2020, 42(4): 542-544.

收稿日期: 2025-6-18

编辑: 周思雨