

DOI: 10.3969/j.issn.1004-4949.2025.18.037

基于舒适理念的防晒护理在面部色素痣皮肤激光美容术后的应用

范鑫柔, 刘玲, 杨月华

(陆军第七十二集团军医院门诊二楼皮肤病科, 浙江 湖州 313000)

[摘要]目的 探究在面部色素痣皮肤激光美容术后应用基于舒适理念的防晒护理的效果。方法 选取2023年10月-2024年12月于陆军第七十二集团军医院行激光美容术治疗的90例面部色素痣患者,按照护理方案不同分为对照组和试验组,各45例。对照组采用常规护理,试验组采用基于舒适理念的防晒护理,比较两组创面恢复指标、不良情绪、疼痛程度、舒适度及生活质量。结果 试验组红肿消退时间、痂皮脱落时间、创面愈合时间均短于对照组 ($P<0.05$);试验组护理后SAS、SDS评分均低于对照组 ($P<0.05$);试验组护理后VAS评分低于对照组,GCQ评分高于对照组 ($P<0.05$);试验组护理后生活质量各项评分均高于对照组 ($P<0.05$)。结论 在面部色素痣激光美容术后应用基于舒适理念的防晒护理的效果良好,能够有效促进创面恢复,减轻患者的不良情绪及疼痛程度,有利于改善患者的舒适度,从而促进其生活质量水平提升。

[关键词] 面部色素痣;皮肤激光美容术;舒适理念;防晒护理

[中图分类号] R473

[文献标识码] A

[文章编号] 1004-4949 (2025) 18-0145-04

Application of Sunscreen Nursing Based on Comfort Concept After Laser Cosmetic Surgery for Facial Pigmented Nevus

FAN Xinrou, LIU Ling, YANG Yuehua

(Department of Dermatology, 2nd Floor of Outpatient Department, the 72nd Group Army Hospital of the Chinese People's Liberation Army, Huzhou 313000, Zhejiang, China)

[Abstract]**Objective** To explore the effect of sunscreen nursing based on comfort concept after laser cosmetic surgery for facial pigmented nevus. **Methods** A total of 90 patients with facial pigmented nevus who underwent laser cosmetic surgery in the 72nd Group Army Hospital of the Chinese People's Liberation Army from October 2023 to December 2024 were selected, and they were divided into the control group and the experimental group according to different nursing plans, with 45 patients in each group. The control group received conventional nursing, and the experimental group received sunscreen nursing based on comfort concept. The wound recovery indicators, negative emotions, pain degree, comfort level and quality of life were compared between the two groups. **Results** The redness and swelling regression time, descrustation time and wound healing time of the experimental group were shorter than those of the control group ($P<0.05$). The scores of SAS and SDS in the experimental group after nursing were lower than those in the control group ($P<0.05$). The score of VAS in the experimental group after nursing was lower than that in the control group, and the GCQ score was higher than that in the control group ($P<0.05$). The scores of all dimensions of quality of life in the experimental group after nursing were higher than those in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of sunscreen nursing based on comfort concept after laser cosmetic surgery for facial pigmented nevus has a good effect. It can effectively promote wound recovery, alleviate patients' negative emotions and pain degree, help to improve patients' comfort level, and thus promote the improvement of their quality of life.

[Key words] Facial pigmented nevus; Skin laser cosmetic surgery; Comfort concept; Sunscreen nursing

面部色素痣 (facial pigmented nevus) 作为常见皮肤良性增生物,因位于面部易影响外观,甚

至引发患者社交心理压力,故治疗需求突出^[1]。激光美容术凭借创伤小、恢复快、美容效果佳的特

点,成为临床首选方案,但其术后创面修复质量直接关系最终效果,若护理不当易出现红肿、感染、瘢痕增生等问题,影响预后^[2]。当前常规护理多聚焦创面清洁、换药等基础操作,传统术后护理多侧重基础清洁,对防晒的重视度与舒适度兼顾不足,难以满足患者对创面快速修复与治疗体验的双重需求^[3]。探索以“舒适”为核心的防晒护理模式,对提升创面修复效率、改善患者身心状态具有重要意义^[4]。基于此,本研究旨在探讨基于舒适理念的防晒护理在面部色素痣皮肤激光美容术后的应用效果,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2023年10月-2024年12月于陆军第七十二集团军医院行激光美容术治疗的90例面部色素痣患者,按照护理方案不同分为对照组和试验组,各45例。对照组男14例,女31例;年龄28~48岁,平均年龄 (34.21 ± 3.23) 岁。试验组男15例,女30例;年龄27~47岁,平均年龄 (34.32 ± 3.19) 岁。两组性别、年龄比较,差异无统计学意义($P>0.05$),研究可比。患者均知情同意并签署知情同意书。

1.2 纳入与纳入标准 纳入标准:确诊为面部色素痣,符合《皮肤性病学》(第3版)^[5]相关诊断标准;符合激光美容治疗指征;认知功能和语言功能正常;能严格遵循术后防晒医嘱。排除标准:存在药物过敏史或光敏性反应;合并其他严重皮肤病或重要脏器器质性疾病;伴有凝血功能障碍;妊娠期或哺乳期女性;具有激光治疗绝对禁忌证。

1.3 方法

1.3.1 对照组 实施常规护理:患者入院时进行系统性健康教育,由护理人员详细讲解皮肤特点、疾病病理机制、激光治疗原理及围术期注意事项,提升患者疾病认知度和治疗依从性,特别强调激光治疗可能出现的并发症及应对措施,同时提供心理支持。术后处理:术后给予生理盐水冰敷 $(25\text{ min/d}, 2\text{次/d})$;疼痛管理;采用烧伤膏局部涂抹及预防性抗感染治疗;指导患者掌握自我观察要点,发现异常及时就医。

1.3.2 试验组 实施基于舒适理念的防晒护理:①讲解激光治疗临床优势及可能出现的围术期反应,帮助患者建立合理预期,通过动态情绪评估,实施个体化心理疏导,包括阐明不良情绪对康复的影

响,指导情绪调节技巧,并分享成功治疗案例以增强信心;②麻醉作用消失后,根据疼痛程度采取分级干预,轻度不适采用非药物干预如音乐疗法、分散注意力等;中重度疼痛实施冰敷疗法(注意用毛巾包裹冰袋避免冻伤)或在医师指导下使用非甾体抗炎药物进行症状控制;③为促进激光治疗后皮肤组织修复,根据患者激光术后皮肤修复特点告知其增加优质蛋白、维生素及矿物质的摄入,选择清淡易消化的膳食,避免辛辣刺激性食物,同时强调每日饮水量应达到2000~2500 ml,以维持皮肤正常代谢需求,促进创面愈合;④术后清洁护理时,指导患者使用pH值接近皮肤 $(5.5\sim 6.5)$ 的温和无刺激洁肤产品,水温控制在 $32\sim 38\text{ }^{\circ}\text{C}$ (以手背试温无烫感为宜),避免用力揉搓治疗区域,每日早晚涂抹医用修复乳(含神经酰胺、透明质酸成分),术后前3 d敷医用冷敷贴,1次/d,20 min/次,以维持角质层水合度,缓解皮肤干燥紧绷感;防晒护理作为核心环节,优先推荐物理防晒措施,告知患者选取透气轻薄的棉质遮阳帽(帽檐宽度 $\geq 10\text{ cm}$)、UPF50+的防晒面罩与太阳伞,确保面部治疗区域完全遮挡;若需外出且阳光强烈,在医师评估皮肤状态允许后,涂抹医用物理防晒霜(含氧化锌、二氧化钛成分),每次用量约 0.5 g/cm^2 ,每2 h补涂1次,避免化学防晒剂刺激脆弱皮肤,明确告知患者术后1个月内避免长时间户外活动(10:00-16:00紫外线最强时段尽量居家),以减少紫外线对创面的损伤;⑤建立延续性护理体系,组建由激光治疗医师、专科护士组成的医疗微信群,术后第1天起每日推送术后护理要点(含防晒注意事项、皮肤异常反应处理方法),每周发布2次皮肤修复科普知识;患者可随时在群内上传皮肤恢复照片,由专科医师实时解答疑问,并根据个体恢复情况提供个性化指导,确保患者在术后恢复期获得持续、专业的护理支持。

1.4 观察指标

1.4.1 记录两组创面恢复指标 包括红肿消退时间、痂皮脱落时间、创面愈合时间。

1.4.2 评估两组不良情绪 采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)测定,总分标准分均为100分,SAS临界值50分,SDS临界值53分,得分越低表明心理状态越稳定。

1.4.3 评估两组疼痛程度及舒适度 疼痛程度:通过视觉模拟评分(VAS)量化,分值0~10分,分数

越低提示疼痛控制越理想；舒适度：运用GCQ量表（GCQ）评估，总分28分，分数越高代表舒适体验越好。

1.4.4调查两组生活质量 采用SF-36量表评估，选取生理功能、心理状态、社会适应和情感健康4个维度进行评分，各维度满分100分，分数越高表示生活质量水平越高。

1.5 统计学方法 采用SPSS 22.0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； $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组创面恢复指标比较 试验组红肿消退时间、痂皮脱落时间、创面愈合时间均短于对照组（ $P < 0.05$ ），见表1。

2.2 两组不良情绪比较 试验组护理后SAS、SDS评分均低于对照组（ $P < 0.05$ ），见表2。

2.3 两组疼痛程度及舒适度比较 试验组护理后VAS评分低于对照组，GCQ评分高于对照组（ $P < 0.05$ ），见表3。

2.4 两组生活质量比较 试验组护理后生活质量各项评分均高于对照组（ $P < 0.05$ ），见表4。

表1 两组创面恢复指标比较（ $\bar{x} \pm s$, d）

组别	<i>n</i>	红肿消退时间	痂皮脱落时间	创面愈合时间
对照组	45	3.43 ± 0.62	10.42 ± 1.61	11.43 ± 2.01
试验组	45	2.04 ± 0.35	7.51 ± 1.12	8.41 ± 1.43
<i>t</i>		13.097	9.953	8.213
<i>P</i>		< 0.05	< 0.05	< 0.05

表2 两组不良情绪比较（ $\bar{x} \pm s$, 分）

组别	<i>n</i>	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	45.42 ± 4.35	32.26 ± 3.23 ^a	47.25 ± 4.12	33.42 ± 2.35 ^a
试验组	45	46.12 ± 4.52	27.42 ± 2.14 ^a	47.53 ± 4.22	27.51 ± 2.04 ^a
<i>t</i>		0.749	8.380	0.318	12.740
<i>P</i>		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

注：与同组护理前比较，^a $P < 0.05$ 。

表3 两组疼痛程度及舒适度比较（ $\bar{x} \pm s$, 分）

组别	<i>n</i>	VAS		GCQ	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	5.21 ± 0.23	4.15 ± 0.30 ^a	14.23 ± 1.12	16.24 ± 1.32 ^a
试验组	45	5.31 ± 0.30	3.34 ± 0.24 ^a	14.10 ± 1.08	21.32 ± 2.01 ^a
<i>t</i>		1.775	14.143	0.560	14.171
<i>P</i>		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

注：与同组护理前比较，^a $P < 0.05$ 。

表4 两组生活质量比较（ $\bar{x} \pm s$, 分）

组别	<i>n</i>	生理功能		心理状态		社会适应		情感健康	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	63.24 ± 4.12	75.21 ± 4.25 ^a	64.16 ± 4.20	74.36 ± 4.45 ^a	64.32 ± 4.35	75.47 ± 4.01 ^a	66.42 ± 4.63	74.67 ± 4.26 ^a
试验组	45	63.45 ± 4.23	81.56 ± 3.24 ^a	64.24 ± 4.31	81.24 ± 3.20 ^a	64.48 ± 4.16	82.32 ± 3.21 ^a	66.28 ± 4.35	81.75 ± 3.65 ^a
<i>t</i>		0.239	7.971	0.089	8.420	0.178	8.946	0.148	8.466
<i>P</i>		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

注：与同组护理前比较，^a $P < 0.05$ 。

3 讨论

激光技术在面部色素性病变治疗中应用价值确切,其特定波长光束可选择性作用于表皮、真皮层色素靶组织,通过光热效应分解色素颗粒以达到治疗目的^[6]。但皮肤对光能敏感,术后护理不当易引发光毒性反应、色素代谢异常等并发症^[7-8];且患者因治疗认知不足产生非理性预期,易出现焦虑、抑郁等心理问题^[9-10]。传统护理侧重创面管理与基础护理,缺乏心理干预和个性化支持,一定程度制约治疗效果。基于舒适理念的防晒护理突破传统护理的机械操作,通过动态情绪评估、个体化疏导纠正患者认知偏差,同时强化防晒防护,兼顾症状控制与皮肤屏障修复;并借助延续性微信群管理实现院外精准护理,兼具短期修复与长期预后优势,更贴合患者需求,能协同促进皮肤修复,提升治疗效果及患者生活质量^[11]。

本研究中,试验组红肿消退时间、痂皮脱落时间、创面愈合时间短于对照组($P < 0.05$)。分析原因,基于舒适理念的防晒护理实施中,通过温和清洁、修复乳与冷敷贴维持角质层水合,减少了皮肤刺激,加速了红肿消退与痂皮脱落。同时,通过环境优化(适宜温湿度、安静氛围)与膳食指导(优质蛋白、维生素及充足饮水),前者减少外界刺激对神经的干扰,后者为皮肤修复提供原料(如胶原蛋白合成需优质蛋白),共同促进创面快速愈合,缩短红肿与痂皮脱落时间^[12]。试验组护理后SAS、SDS、VAS评分低于对照组,GCQ评分高于对照组($P < 0.05$)。分析原因,基于舒适理念的防晒护理强调优质蛋白与充足饮水促进组织再生,通过严格防晒减少紫外线诱导的炎症反应。防晒护理以物理遮挡与医用物理防晒霜为主,规避了化学刺激,降低了紫外线致不适风险;配合延续性群指导可缓解患者担忧,心理疏导可缓解焦虑、抑郁情绪,成功案例则增强了患者的治疗信心,分散其注意力,以及冰敷产生的镇痛作用。试验组护理后生活质量各项评分均高于对照组($P < 0.05$),原因在于基于舒适理念的防晒护理兼顾皮肤修复与心理支持,减少术后不适对患者日常生活的干扰,有利于提升其生活质量水平。相较于常规护理仅关注创面清洁的局限性,基于舒适理念的防晒护理的优势在于以“身心协同修复”为核心,既通过皮肤护理与膳食指导提供生理修复基础,又借助心理疏导、疼痛管理与环境优化改善心理状态,打破

“疼痛-焦虑-修复延迟”的恶性循环,实现“舒适-依从-愈合加速-安全增效”的正向循环^[13-15]。

综上所述,在面部色素痣激光美容术后应用基于舒适理念的防晒护理的效果良好,能够有效促进创面恢复,减轻患者的不良情绪及疼痛程度,有利于改善患者的舒适度,从而促进其生活质量水平提升。

[参考文献]

- [1]谭福英,洪志林,陈秀香.舒适护理干预对面部色素痣皮肤激光美容术后创面修复及心理状态的影响[J].基层医学论坛,2022,26(17):100-102,129.
- [2]秦绪艳,孙凤兰,于钰,等.舒缓保湿修复霜联合激光治疗促进痤疮凹陷性瘢痕创面修复的临床效果[J].中华医学美容杂志,2021,27(4):320-324.
- [3]朱坤福,祝蕾.防晒护理在皮肤激光美容术后的防护方法和效果研究[J].医学美容,2020,29(3):30.
- [4]兰芬,罗静,陈敏,等.舒适护理在烧伤整形外科手术中的应用[J].中国医药导报,2018,15(7):173-176.
- [5]张建中,高兴华.皮肤性病学[M].3版.北京:人民卫生出版社,2015:315-316.
- [6]洪芳,吴承高,赵利梅,等.皮肤激光美容术后患者的防晒护理效果观察[J].中国社区医师,2021,37(4):119-120.
- [7]刘江娇.酵母重组胶原蛋白贴敷料在面部激光术后创面皮肤修复中的应用[J].中国医疗美容,2022,12(9):49-52.
- [8]国晶,王聪敏.心理干预的全方位护理模式对皮肤激光美容患者心理状态的影响[J].实用皮肤病学杂志,2020,13(2):111-112.
- [9]马爱萍.防晒护理在皮肤激光美容术后护理中的价值[J].皮肤病与性病,2020,42(6):925-927.
- [10]丁淑娟,王璐琪.综合护理干预对皮肤激光美容治疗患者情绪及并发症的影响[J].中国美容医学,2021,30(1):160-163.
- [11]郑海红,蔡桂丽,洪小坤.防晒护理模式在皮肤激光美容术后的临床效果观察[J].中国医疗美容,2024,14(10):71-73.
- [12]安娅菁.舒适护理干预对皮肤激光美容术后患者的影响分析[J].全科口腔医学电子杂志,2022,9(20):18-20.
- [13]李燕琴.舒适护理干预对面部色素痣皮肤激光美容术后创面修复的影响[J].医学美容,2024,33(3):165-168.
- [14]刘静,桑婧荣,缪红莉.基于微信平台的延续性护理对皮肤激光美容患者术后及时干预并减少纠纷的作用分析[J].中国美容医学,2020,29(9):170-173.
- [15]王琳,白志仙.舒适护理干预在行皮肤激光美容术面部色素痣患者中的应用效果[J].医学美容,2024,33(21):170-173.

收稿日期: 2025-8-14 编辑: 扶田