

DOI: 10.3969/j.issn.1004-4949.2026.01.046

积极心理干预对面部整形美容患者心理健康状况及美容效果的影响

张丽华

(宁夏医科大学总医院, 宁夏 银川 750004)

[摘要]目的 探讨积极心理干预对面部整形美容患者心理健康状况及美容效果的影响。方法 选取2024年7月-2025年7月宁夏医科大学总医院收治的70例面部整形美容患者,按照随机数字表法分为参照组、研究组,每组35例。参照组接受常规护理干预,研究组在参照组基础上开展积极心理干预,比较两组负面情绪、自我评价与自我接纳水平、心理健康状况、美容效果及满意度。结果 研究组干预后SAS、SDS评分低于参照组 ($P<0.05$);研究组干预后自我评价与自我接纳水平均高于参照组 ($P<0.05$);研究组干预后心理健康状况评分均低于参照组 ($P<0.05$);研究组总改善率(94.29%)高于参照组(77.14%) ($P<0.05$);研究组满意度(97.14%)高于参照组(80.00%) ($P<0.05$)。结论 对面部整形美容患者实施积极心理干预不仅可提高患者自我评价与自我接纳水平,改善心理健康状况,还能提高美容效果及手术满意度,值得临床应用。

[关键词] 积极心理干预;面部整形美容;美容效果

[中图分类号] R473

[文献标识码] A

[文章编号] 1004-4949(2026)01-0186-04

Effect of Positive Psychological Intervention on Mental Health Status and Aesthetic Effect in Patients Undergoing Facial Plastic and Aesthetic Surgery

ZHANG Lihua

(General Hospital of Ningxia Medical University, Yinchuan 750004, Ningxia, China)

[Abstract]**Objective** To explore the effect of positive psychological intervention on mental health status and aesthetic effect in patients undergoing facial plastic and aesthetic surgery. **Methods** A total of 70 patients who received facial plastic and aesthetic surgery in General Hospital of Ningxia Medical University from July 2024 to July 2025 were selected. According to the random number table method, they were divided into the reference group and the study group, with 35 patients in each group. The reference group received conventional nursing intervention, and the study group received positive psychological intervention on the basis of conventional nursing intervention. The negative emotions, self-evaluation and self-acceptance levels, mental health status, aesthetic effect and satisfaction were compared between the two groups. **Results** After intervention, the scores of SAS and SDS in the study group were lower than those in the reference group ($P<0.05$). After intervention, the levels of self-evaluation and self-acceptance in the study group were higher than those in the reference group ($P<0.05$). After intervention, the scores of mental health in the study group were lower than those in the reference group ($P<0.05$). The total improvement rate of the study group (94.29%) was higher than that of the reference group (77.14%) ($P<0.05$). The satisfaction rate of the study group (97.14%) was higher than that of the reference group (80.00%) ($P<0.05$). **Conclusion** Positive psychological intervention for patients undergoing facial plastic and aesthetic surgery can not only improve their self-evaluation and self-acceptance levels and ameliorate mental health status, but also enhance aesthetic effect and surgical satisfaction, which is worthy of clinical application.

[Key words] Positive psychological intervention; Facial plastic and aesthetic surgery; Aesthetic effect

整形美容 (plastic and aesthetic surgery) 是以医学技术为手段, 在人体解剖结构与生理功能正常的基础上, 改善外貌形态、满足个体美观需求的专业领域^[1]。由于对面部美观的要求高、对手术效果的期望高, 加之面部手术的特殊性, 患者易产生不良情绪。这不仅不利于手术实施与术后康复, 更会导致手术满意度下降。因此, 在围手术期加强心理干预极为关键^[2]。以往常规护理多以执行医嘱、口头宣教为主, 对患者心理需求重视度不够, 且缺乏相应的干预措施, 使得患者常因自身负面情绪而影响护理效果。积极心理干预是在积极心理学理论的基础上开发而来的一种新型心理干预模式, 主张发掘自身积极品质, 充分激发自身潜能以减少负性情绪, 提高心理健康水平^[3]。基于此, 本研究旨在探讨积极心理干预对面面部整形美容患者心理健康状况及美容效果的影响, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2024年7月-2025年7月宁夏医科大学总医院收治的70例面部整形美容患者, 按照随机数字表法分为参照组、研究组, 每组35例。参照组男3例, 女32例; 年龄20~42岁, 平均年龄 (33.56 ± 3.42) 岁; 受教育年限8~18年, 平均受教育年限 (10.76 ± 2.14) 年; 手术类型: 眼袋整复术10例, 睑成形术11例, 面部年轻化9例, 隆鼻术5例。研究组男2例, 女33例; 年龄19~43岁, 平均年龄 (33.45 ± 3.61) 岁; 受教育年限7~17年, 平均受教育年限 (10.24 ± 2.35) 年; 手术类型: 眼袋整复术11例, 睑成形术10例, 面部年轻化7例, 隆鼻术7例。两组性别、年龄、受教育年限、手术类型比较, 差异无统计学意义 ($P > 0.05$), 具有可比性。所有患者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: 均符合面部整形美容手术指征; 沟通能力良好者; 年龄 >18 岁。排除标准: 存在面部整形美容手术史; 参与过类似研究者; 存在心理疾病及认知障碍者; 不会使用微信功能者; 中途退出, 不能配合问卷调查。

1.3 方法

1.3.1 参照组 接受常规护理干预: 术前热情接待, 了解患者的心理顾虑及对手术的真实想法, 详细向患者介绍手术方法、原理、预期效果、配合事

项等, 耐心解答患者的疑问, 满足其知识需求。术后向患者解释可能出现的不适感, 避免因面部疼痛肿胀而诱发负面情绪, 告知患者术后用药方法及注意事项。

1.3.2 研究组 在参照组的基础上开展积极心理干预: 以面对面沟通的形式展开, 1次/周。积极心理干预: ①建立积极的互信关系: 以叙事护理引导患者分享美容诉求的心理动因与成长背景, 倾听真实想法, 针对性疏导顾虑; 责任护士全程负责, 尊重患者对美的需求, 通过深入沟通帮助其树立正确审美观, 适当调整过高期望, 减轻心理障碍, 并讲解手术配合事项; ②微信健康教育: 邀请康复患者分享亲身经历与感悟, 鼓励门诊患者交流“美容故事”, 形成叙事互助氛围; 责任护士与患者进行针对性互动, 并定期发布“医生视角叙事”, 传递理性审美观念; ③知识与情绪管理指导: 保证每日与患者深入沟通不少于30 min, 耐心倾听诉求, 通过专业讲解与举例疏导疑虑, 帮助建立积极心态; 同时, 指导患者学习转移注意力、音乐疗法等情绪管理技巧, 提升自我调适能力; ④自我认知与优势发展: 指导患者发掘自身5项核心优势, 并每日选取其中1项, 以新方式应用于未来规划中, 并进行记录; ⑤强化积极情绪体验: 引导患者于每日睡前进行“积极事件回顾”, 以增强对积极情绪的感知与体验强度; ⑥感悟人生: 鼓励患者阅读有关人生价值与审美的正向资料, 引导其感恩生命, 思考并发挥自我价值。

两组均持续干预1个月。

1.4 观察指标

1.4.1 评估两组负面情绪 采用焦虑评分量表 (SAS) 与抑郁评分量表 (SDS)^[4]进行评价, 评分范围均为25~100分, 评分越低提示负面情绪越轻微。

1.4.2 调查两组自我评价与自我接纳水平 采用自我接纳问卷 (SAQ)^[5]进行调查, 包括自我评价与自我接纳2个维度, 共16个条目, 每个维度分值均为8~32分, 总分为16~64分, 评分越高提示患者自我评价与自我接纳水平越高。

1.4.3 评估两组心理健康状况 采用美容整形患者心理健康评估量表^[6]从体像自卑 (5~20分)、美貌关注 (9~36分) 以及行为困扰 (5~20分)、情绪困扰 (7~28分)、认知困扰 (6~24分) 5个维度进行评价, 总分为0~128分, 评分越低心理越健康。



1.4.4评估两组美容效果 根据面部整体美容效果改善评分(GAIS)^[7]进行评价,分值0~4分,评价标准:4分为完全改善,3分为明显改善,2分为有所改善,1分为无效,0分为恶化。总改善率=完全改善率+明显改善率+有所改善率。

1.4.5调查两组手术满意度 采用自拟手术满意度调查问卷调查,满分100分,分为非常满意(>90分)、满意(70~90分)、不满意(<70分)。满意度=(非常满意+满意)/总例数×100%。

1.5 统计学方法 采用SPSS 21.0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 两组负面情绪比较 研究组干预后SAS、SDS评分低于参照组($P < 0.05$),见表1。

2.2 两组自我评价与自我接纳水平比较 研究组干预后自我评价与自我接纳水平均高于参照组($P < 0.05$),见表2。

2.3 两组心理健康状况比较 研究组干预后心理健康状况评分均低于参照组($P < 0.05$),见表3。

表1 两组负面情绪比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	n	SAS		SDS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	35	59.42 ± 5.26	29.73 ± 2.64	60.42 ± 5.47	30.71 ± 2.63
参照组	35	60.57 ± 4.18	36.38 ± 3.55	60.57 ± 5.61	37.37 ± 4.52
t		1.013	8.893	0.113	7.534
P		0.315	0.000	0.910	0.000

表2 两组自我评价与自我接纳水平比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	n	自我评价		自我接纳		总分	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	35	21.42 ± 3.59	26.97 ± 4.32	19.42 ± 3.21	24.91 ± 4.26	41.31 ± 7.52	52.64 ± 8.27
参照组	35	21.18 ± 3.43	22.83 ± 2.76	20.15 ± 3.43	21.23 ± 4.18	41.27 ± 7.36	45.83 ± 7.62
t		0.286	4.778	0.919	3.648	0.022	3.583
P		0.776	0.000	0.361	0.001	0.982	0.001

表3 两组心理健康状况比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	n	行为困扰		情绪困扰		认知困扰	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	35	8.17 ± 1.52	6.32 ± 1.17	18.32 ± 2.52	14.65 ± 1.43	10.57 ± 2.26	8.32 ± 1.24
参照组	35	8.24 ± 1.46	7.61 ± 1.25	17.81 ± 2.65	16.15 ± 1.86	10.78 ± 2.31	10.19 ± 1.35
t		0.196	4.457	0.825	3.782	0.384	6.035
P		0.845	0.000	0.412	0.000	0.702	0.000

组别	体像自卑		美貌关注		总分	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	9.67 ± 1.63	7.38 ± 1.25	25.21 ± 3.48	22.53 ± 2.47	72.68 ± 4.75	57.73 ± 3.65
参照组	9.62 ± 1.58	8.42 ± 1.46	25.14 ± 3.67	24.65 ± 3.25	72.31 ± 4.48	68.53 ± 4.24
t	0.130	3.201	0.082	3.072	0.335	11.420
P	0.897	0.002	0.935	0.003	0.738	0.000

2.4 两组美容效果比较 研究组完全改善17例, 明显改善11例, 有所改善5例, 无效2例; 参照组完全改善12例, 明显改善8例, 有所改善7例, 无效8例。研究组总改善率为94.29% (33/35), 高于参照组的77.14% (27/35) ($\chi^2=4.200$, $P=0.040$)。

2.5 两组满意度比较 研究组非常满意19例, 满意15例, 不满意1例; 参照组非常满意15例, 满意13例, 不满意7例。研究组满意度为97.14% (34/35), 高于参照组的80.00% (28/35) ($\chi^2=5.081$, $P=0.024$)。

3 讨论

近年来, 人们的生活水平与质量不断提升, 选择以面部轮廓重建、年轻化、隆鼻等为代表的整形美容手术的人群日益增多。此类手术虽能有效改善面部特征, 但许多患者因对效果期望过高, 易产生各种负面情绪^[8]。因此, 在整个围手术期强化心理干预, 始终是护理工作的重点内容^[9]。目前已有诸多研究表明^[10-11], 常规护理干预多以口头情绪安抚、健康教育为主, 常伴有随意性及盲目性, 干预效果欠佳; 而有效的心理干预能够提升整形美容手术效果。积极心理干预从积极情绪的力量入手, 鼓励患者表达自身的真实感受及困惑, 引导患者发掘自身优势并回顾令人身心愉悦的事物, 从而消除负面情绪, 保持积极情绪体验, 从而改善健康意识及行为^[12]。

本研究结果显示, 研究组干预后SAS、SDS评分低于参照组 ($P<0.05$)。究其原因, 积极心理干预有助于激发患者的自身潜能, 增强其积极情绪体验, 学会自我情绪调节, 提高心理调适能力, 从而缓解负面情绪^[13]。研究组干预后自我评价与自我接纳水平均高于参照组 ($P<0.05$)。究其原因, 自我接纳是心理健康重要的判定标准, 而积极心理干预可通过情绪管理、发现自身优势等引导患者从积极心理学的角度看待问题, 促进心理健康, 从而提高自我评价与自我接纳水平^[14]。研究组干预后心理健康状况评分低于参照组 ($P<0.05$), 这进一步说明了积极心理干预可帮助患者消除负面情绪, 使其以乐观积极的心态看待事物, 从而提高心理健康水平。研究组总改善率高于参照组 ($P<0.05$)。究其原因, 积极心理干预可帮助患者树立信心及正确的审美观, 提升自身遵医行为, 最大程度避免影响美容效果的不利因素,

从而确保美容效果。研究组满意度高于参照组 ($P<0.05$), 这进一步说明了积极心理干预可充分激发患者积极的品格优势, 帮助患者树立良好心态, 调整对手术的期望值, 从而提升手术满意度。

综上所述, 对面部整形美容患者实施积极心理干预能够提高患者自我评价与自我接纳水平、美容效果及手术满意度, 改善心理健康状况。

[参考文献]

- [1]张洁,杨敏.针对性干预在面部整形美容手术患者护理中的应用效果[J].贵州医药,2023,47(12):2015-2016.
- [2]拓宽亮,周婷,贺云霞,等.外化叙事心理干预对整形美容患者自我评估、自我效能及期望偏差的影响[J].海军医学杂志,2021,42(6):740-743,765.
- [3]闫高慧,燕美琴,段爱旭,等.积极心理干预对青少年心理健康状况和睡眠质量的影响[J].军事护理,2024,41(12):27-30,56.
- [4]王婷,程金梅.心理护理干预对面部整形美容手术患者心理状态及手术满意度的影响研究[J].中国美容医学,2021,30(6):168-170.
- [5]陈丽平,刘若男,许利建,等.团体模式下书写表达积极情绪对直肠癌结肠造口患者心理健康及自我接受度的影响[J].中国健康心理学杂志,2024,32(11):1707-1712.
- [6]魏娜,孙高兰,张晨.积极心理干预对面部整形美容患者围术期焦虑及手术满意度的影响[J].医学理论与实践,2023,36(12):2136-2139.
- [7]江萌,李妍,嵯风麟,等.国产交联透明质酸钠凝胶纠正中重度鼻唇沟皱纹的安全性及有效性[J].临床和实验医学杂志,2024,23(6):670-673.
- [8]王英杰,陈京立.面部整形美容患者就医心理影响因素的研究进展[J].中国美容整形外科杂志,2023,34(2):128-130.
- [9]马雪.心理护理在美容整形手术患者中的干预效果观察[J].中外医药研究,2024,3(21):109-111.
- [10]陈冰.心理护理模式对整形美容手术患者心理状态及满意度的影响[J].中外医学研究,2021,19(27):92-95.
- [11]张容,郭艳,商月,等.围手术期心理护理干预对整形美容患者心理、生理及满意度的影响[J].中国美容医学,2021,30(11):151-153.
- [12]刘书静,沈玲.认知行为干预结合积极心理指导对面部瘢痕整形女性患者心理健康的影响[J].中国美容医学,2023,32(11):163-167.
- [13]袁丹,祝勤雅,朱琳.外化叙事心理干预在整形美容患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(4):55-58.
- [14]蓝建珍,伍艳群,刘菲.心理护理干预对面部整形美容手术患者心理状态及手术满意度的影响[J].国际医药卫生导报,2023,29(7):899-902.