

变应性鼻炎患者皮肤点刺试验护理与健康教育

蔡丽萍 邓伟琪

(中山大学附属第七医院 广东 深圳 518106)

【摘要】目的：观察变应性鼻炎（AR）患者皮肤点刺试验的有效性、可行性以及护理和健康教育对AR患者的影响。方法：于2021年1月至2023年1月开展此次研究，将187例AR患者纳入此次研究中，均进行皮肤点刺试验。并且依据点刺结果为患者提供一对一以及面对面的健康教育。结果：所有AR患者均完成常见吸入过敏原检测，阳性结果均为++以上（包括++），其中粉尘螨阳性反应117例（62.57%）、屋尘螨阳性反应120例（64.17%）。本次所有研究对象在实验过程中均未发生严重过敏反应。结论：皮肤点刺试验是检测AR的有效手段，而且有效的护理与健康教育成为提高护理质量、减轻患者疼痛的重要手段。

【关键词】变应性鼻炎；皮肤点刺试验；护理；健康教育

Nursing and health education for patients with allergic rhinitis undergoing skin prick test Liping Cai WeiQi Deng

(The Seventh Affiliated Hospital, Sun Yat-sen University (Shenzhen), Shenzhen, Guangdong, 518106)

[Abstract] Objective: To observe the effectiveness and feasibility of skin prick test in patients with allergic rhinitis (AR), as well as the impact of nursing and health education on AR patients. Methods: This study was conducted from January 2021 to January 2023, 187 AR patients were included in this study and all underwent skin prick tests. And provide one-on-one and face-to-face health education for patients based on the pricking results. Results: All AR patients completed common inhalation allergen testing, positive results were all above++(including++), among them, 117 cases (62.57%) were positive for dust mites, and 120 cases (64.17%) were positive for house dust mites. All subjects in this study did not experience severe allergic reactions during the experimental process. Conclusion: Skin prick test is an effective method for detecting AR, and effective nursing and health education have become important means to improve nursing quality and reduce patient pain.

[Key words] Allergic rhinitis; Skin prick test; Nursing; Health education

变应性鼻炎（allergic rhinitis, AR）是特异性个体暴露于变应原后主要由免疫球蛋白E（immunoglobulin E, IgE）介导的鼻黏膜非感染性慢性炎症性疾病^[1]。临床表现主要为鼻痒、喷嚏、鼻塞和流涕。AR虽不危及生命，但可不同程度影响患者的生活质量，导致工作、学习效率下降，影响睡眠；并可伴发支气管哮喘、变应性结膜炎、鼻窦炎、鼻息肉、分泌性中耳炎等并发症。另外，AR可影响患者的心理及精神状态，导致焦虑、抑郁等^[2,3]。受环境以及饮食状态改变等因素影响，AR的发病率呈现逐年上升趋势，已经成为全球范围内十分关注的健康问题之一^[4]。为了获得最佳的治疗方案，过敏原检测为疾病诊断、治疗以及后期预后提供有力依据。而变应原皮肤试验是诊断IgE介导的型变态反应的重要方法，皮肤点刺试验（skin prick test, SPT）具有高灵敏和良好的特异性，同时具有快捷、操作简单、成本低、安全等优点，常规用于AR的诊断和鉴别诊断^[5]。对此，本研究通过对皮肤点刺试验结果的分析，总结护理与健康教育的

重要性，指导临床护理工作，现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究区间为2021年1月至2023年1月，共187名AR患者，其中男性有117人，女性有70人，年龄在3至64岁之间，平均年龄为（33.23±2.62）岁。上述研究对象均进行过过敏原皮肤点刺试验检测。研究对象在生活中均出现鼻塞、鼻痒、流鼻涕以及打喷嚏等鼻炎症状。本次试验排除患有严重全身疾病者、存在精神障碍，无法顺利配合试验者、妊娠期以及哺乳期孕妇、存在肾上腺素禁忌症者以及试验部位皮肤发生病理变化者。同时上述试验对象在前一周均未使用过免疫调节剂、糖皮质激素以及抗组胺等影响试验顺利进行的药物。

1.2 方法

1.2.1 变应原点刺液的选择

选择安刺（螨变应原皮肤点刺试剂盒），共有吸入性变应原2种，如下：粉尘螨、屋尘螨。阴性对照

使用生理盐水, 阳性对照组使用 10g/L 的盐酸组织胺。

1.2.2 具体操作步骤

①使用 75% 乙醇对皮试区域(前臂掌侧)皮肤进行消毒, 对酒精过敏者可使用生理盐水进行皮肤清洁, 自然待干。②将皮试试剂依次滴在皮肤表面, 避开血管, 相互间隔 $\geq 2\text{cm}$, 分别是阳性对照点刺液、阴性对照点刺液、粉尘螨变应原点刺液、屋尘螨变应原点刺液, 避免交叉浸染。③通过和患者沟通, 转移患者注意力, 绷紧皮肤, 将针垂直快速刺入皮肤表皮, 深度以刺破皮肤表皮而不引起出血为宜, 停留 1s 后抬起, 使少量点刺液进入皮肤。每一种试剂使用一个点刺针。④让患者保持点刺液在手臂不滴落, 如患者反应强烈, 必须立即将点刺液擦拭干净; 对于无强烈反应者, 可于完成点刺 5-10min 后结果判读前完成点刺液擦拭, 即用无菌棉签轻轻侧压皮肤, 将剩余的点刺试剂吸走, 避免试剂之间的相互沾染^[6]。⑤嘱患者如皮试部位瘙痒, 不能用水挠抓, 以免影响结果, 发生面色潮红、胸闷、气促, 全身瘙痒等全身症状及时告知护士, 立即启动应急措施。⑥ 15-20min 后判读结果, 测量皮肤点刺部位风团和红晕的直径。

1.2.3 过敏原判断

根据变应原点刺液与阳性对照所致丘疹面积之比判定反应级别: 比值为阳性对照丘疹 0%-25% 或与阴性对照相同者为(-); 比值为阳性对照丘疹 26%-50% 者为(+); 比值为阳性对照丘疹 51%-100% 者为(++); 比值为阳性对照丘疹 101%-200% 者为(+++); 比值为阳性对照丘疹 200% 以上者为(++++)。

1.2.4 结果

本次试验 187 例研究对象均完成过敏原检测, 且未发生严重过敏反应。其中粉尘螨阳性反应为 117 例(62.57%), 屋尘螨阳性反应例数为 120 例(64.17%)。

2 护理

2.1 试验前的护理

(1) 和患者解释清楚做 SPT 目的, 告知其操作基本方法, 让患者对该治疗方法有个大致的了解, 从而能够以平和的心态来面对疾病和治疗。(2) 询问患者前一周是否使用抗组胺药及皮肤局部使用糖皮质激素类药物等。(3) 评估患者有无酒精过敏, 点刺部位皮肤情况、是否有皮肤划痕症等。(4) 密切观察患者的状态, 询问其是否进食以及有无晕针等。(5) 于检查开始前将保存在冰箱 2-8℃ 冰箱的药物取出放于室温环境中。(6) 面对年龄小的患儿, 医护人员提前与

其家长做好沟通, 对相关知识进行讲解, 取得家长的配合, 以便试验顺利进行。

2.2 试验中的护理

在试验过程中密切观察患者的生命体征, 如发生面色潮红、胸闷、气促, 全身瘙痒等全身症状及时告知护士, 立即启动应急措施。为了让年纪小、不断哭闹的患儿更好的配合完成试验, 克服其恐惧心理, 护理人员协助患儿家长采用恰当的沟通途径和技巧。如下: (1) “种水珠” 游戏, 在滴入过敏原时向患儿讲述 “小水滴” 在胳膊上站立, 点刺就是 “蜻蜓点水”, 利用充满童趣的语言, 通过易于患儿理解的方式向其讲述具体操作过程, 减轻患者的焦虑及紧张的不良情绪, 以便取得患儿的配合^[7]。(2) 数数游戏, 在滴入点刺液时可以协助患儿数数字以便其将恐惧和疼痛的注意力转移至数数上, 并对患儿的行为表示夸奖, 患儿就会暂时地放松, 利于点刺成功。(3) 给予鼓励, 面对能够配合但是仍然存在恐惧心理的患儿, 家长及护理人员给予充分的沟通和鼓励, 以有效地缓解患儿的不良心理, 从而提高配合度。

2.3 试验后的护理

面对特殊情况患者, 如皮丘颜色与正常皮肤颜色相近而不易观察, 可以在光线充足的地方用湿棉签轻轻擦拭丘疹处, 经过光折射后的丘疹易于观察, 而且不会影响正常结果的判断。

2.4 心理护理

针对因皮肤点刺试验出现紧张、焦虑、不安情绪的患者, 给予心理护理。护理要点如下: (1) 进行点刺试验前医护人员应与患者进行充分沟通, 让患者了解测试的整个过程和意义、测试的作用以及可能出现的不适和副作用, 以减轻不必要的担心和焦虑。(2) 进行测试时医护人员应当及时告知患者有关测试的进展情况, 并时刻注意患者的情绪变化, 进行相关的安慰和提示。(3) 在整个过程中, 医护人员应当给予关怀、支持和鼓励, 使用柔和的语言进行交流, 并鼓励患者配合测试。(4) 对于表现紧张和焦虑的患者, 可以使用各种放松技巧, 如深呼吸等方法减轻心理压力。(5) 在测试结束后, 与患者进行充分的沟通, 并告知测试结果。对于存在不良反应的患者, 应当及时解释原因, 并对患者进行相关的治疗和关怀。

3 尘螨治疗与健康指导

3.1 针对患者过敏原的结果, 解读患者过敏原报告。

3.2 针对皮试部位皮肤瘙痒严重的患者, 遵医嘱

指导患者涂抹布地奈德乳膏减轻皮试部位的瘙痒。

3.3 针对屋尘螨、粉尘螨过敏患者,指导患者避免接触过敏原或尽可能少接触过敏原。对于经常暴露于高浓度室内过敏原的AR患者,在环境评估之后,建议采用多方面措施避免接触过敏原。具体措施有如下建议:①每天开窗通风半小时以上,定期清扫灰尘,擦拭家具、地毯等物品,以减少尘螨滋生,保持室内环境清洁干燥。②换洗床上用品,每周用55℃以上的水清洗被套、床单、枕套、窗帘,及暴晒被芯、枕芯。③尽量不用布艺沙发和地毯、不摆设毛绒玩具。④空调、空气过滤器的滤网需经常清洗、更换。⑤勿养宠物或切勿让宠物进入卧室,并经常对其清洗。⑥使用专业的除螨工具进行家庭除螨,如使用空气净化器,清除空气中的附着的过敏原,净化空气^[8]。⑦对粉尘螨、屋尘螨过敏的AR患者,最好减少去尘螨多的地方,或带好口罩,避开致敏因素,以减少症状发作。

3.4 针对需要脱敏的患者,患者需进行免疫治疗,遵医嘱做好患者免疫治疗的相关宣教^[9]。

3.5 告知AR患者的饮食管理需要注意以下几点:①饮食管理的首要原则是避免食用过敏源。如海鲜、乳制品、坚果等^[10]。②多吃蔬菜,蔬菜中含有丰富的维生素、矿物质、膳食纤维等营养素,有助于增强免疫力,预防AR。③适量增加蛋白质的摄入,蛋白质是身体细胞的基本组成部分,对于增强免疫力、预防AR非常重要^[11]。④建议少食荤腥刺激性食物,少食辣椒、洋葱、蒜、姜等。这些食物容易引起炎症反应,加重AR症状。

4 讨论

AR属于临床上常见的常见呼吸道变态反应性疾病,引起疾病的原因有很多,包括遗传、过敏、环境、季节等多种影响因素。由于AR会对患者日常生活、睡眠、眼部等造成严重影响。及时了解过敏原成为后续治疗的重要基础,对于改善患者生活质量、促进健康具有重要意义^[12]。临床上将皮肤点刺试验作为AR过敏原检测的重要手段,通过对皮肤局部反应的观察,了解患者对该物质是否存在过敏反应。

综上所述,将皮肤点刺试验应用于AR过敏原检测中能够明确过敏原类型,能够为AR危险因素的预防与治疗提供依据。通过加强试验前、中、后护理以及相关健康教育指导,帮助患者顺利完成试验和预防及治疗AR。

参考文献:

- [1] 中华耳鼻咽喉头颈外科杂志编辑委员会鼻科组,中华医学会耳鼻咽喉头颈外科学分会鼻科学组.中国变应性鼻炎诊断和治疗指南(2022年,修订版)[J].中华耳鼻咽喉头颈外科杂志,2022,57(2):106-129.
- [2] 吕晓飞,锡琳,张罗,等.鼻部症状对变应性鼻炎患者精神心理的影响[J].临床耳鼻咽喉头颈外科杂志,2015,29(3):219-222.
- [3] 锡琳,曹飞飞,熊巍,等.变应性鼻炎患者焦虑状态分析[J].中华耳鼻咽喉头颈外科杂志,2014,49(10):828-831.
- [4] 王紫娟,刘玉琳,刘恩梅.儿童过敏原皮肤点刺试验护理实践专家共识[J].中华护理杂志,2020,55(10):1520-1521.
- [5] 孟娟,徐睿,叶菁,等.变应性鼻炎的分类和诊断专家共识(2022,成都)[J].中国眼耳鼻喉科杂志,2022(03):215-224.
- [6] 王洪田,马琳,王成硕,等.过敏原皮肤点刺试验的专家共识[J].北京医学,2020(10):966-985.
- [7] 朱聪桃,李琳琳,磨宾宇,等.综合护理干预对皮下免疫注射治疗变应性鼻炎患者康复效果的影响分析[J].中国医学文摘(耳鼻咽喉科学),2022,37(01):209-211.
- [8] 陈楚芳,吴锋,李淑如.基于健康意识的护理干预对变应性鼻炎患者健康知信行及生活质量的影响[J].智慧健康,2022(22):210-213.
- [9] 黄秋菊,林霞,魏欣,郑静.海南省变应性鼻炎患者吸入性变应原皮肤点刺试验结果分析[J].海南医学,2019(4):492-494.
- [10] 林敢生,李凤提,黄玉英,魏建平.南宁地区变应性鼻炎患者变应原皮肤点刺试验结果分析及护理[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2021(4):0084-0085.
- [11] 林杰.变应性鼻炎患者皮肤点刺试验中舒适护理的临床应用[J].大家健康:现代医学研究,2015(004):212-213.
- [12] 李晓菲,陈琰,曹爽.变应性鼻炎标准化变应原皮肤点刺试验900例结果分析及护理体会[J].中国误诊学杂志,2011,11(27):6699-6699.