

针对性护理在黄褐斑激光治疗中的效果

黄文静

(成都中医药大学附属医院 四川 成都 610000)

【摘要】目的：分析黄褐斑患者在接受激光治疗期间为其提供针对性护理的价值。**方法：**对照组为常规护理，同期观察组联合应用针对性护理。**结果：**治疗总有效率观察组 97.30%，对照组 86.49%， $P < 0.05$ ；黄褐斑复发率观察组为 5.41%，对照组为 21.62%， $P < 0.05$ 。**结论：**对于行激光治疗的黄褐斑患者运用针对性护理有利于促进其病情康复并降低复发率。

【关键词】黄褐斑；针对性护理；激光治疗；价值

黄褐斑是一种好发于颜面部的色素沉着斑疾病，在中年女性中较为常见，患者的病程缓慢，且复发率较高，该疾病的发生与日晒密切相关，其治疗困难影响患者的颜面美观。激光治疗是对于黄褐斑患者的常用治疗手段，特别是在顽固性黄褐斑患者的治疗中能够取得较为确切的疗效^[1]。在患者治疗期间给予科学的护理指导，是促使患者黄褐斑消退以及预防病情复发的重要手段。以下将分析对于接受激光治疗的黄褐斑患者采用针对性护理的护理效果。

1 资料以及方法

1.1 临床资料

抽取 2019 年 10 月～2021 年 3 月本院 74 例黄褐斑患者，均接受激光治疗，随机数字表法分组，观察组：37 例，男 3 例/女 34 例；年龄 38～68 岁，均值为 (45.6 ± 1.5) 岁；患病时间为 1～19 年，均值 (8.6 ± 1.5) 年。对照组：37 例，男 4 例/女 33 例；年龄 36～69 岁，均值为 (45.7 ± 1.3) 岁；患病时间为 1～18 年，均值 (8.7 ± 1.3) 年。2 组各项基础资料具备可比性 $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组为常规护理，如指导患者激光治疗期间加强防晒，控制户外活动时间，日常保持清淡饮食以及睡眠时间充足等；同期观察组联合应用针对性护理，方法为：（1）心理护理：该类患者多数具有较重的心理负担和负性情绪，所以在护理中积极与患者进行交流，并就黄褐斑的诱发因素、症状表现、治疗手段以及激光治疗期间的注意事项等进行细致的讲解，从而避免患者产生错误认知，预防紧张、焦虑、担忧等负性情绪加重。对患者的疑问进行认真解答，并列举成功案例增强患者的治疗信心；（2）保湿护理：在激光治疗后进行面部湿敷以及急性冷喷帮助缓解疼痛感，告知患者治疗后 3 日内避免应用护肤品以及热水洗脸，随着皮肤敏感度的逐渐下降，可指导其应用医用护肤品，从而维持面部保湿；（3）皮肤保养指导：叮嘱患者日常加强防晒，从而控制皮肤色素沉着，指导患者选择 SPF 大于 30 的面部防晒剂。日常生活中避免长时间参与户外活动，以及尽可能避免在日晒高峰时段进行外出，日常避免食用各类光过敏性食物。向患者讲解治疗后皮肤保养的方法和注意事项，例如每周进行保湿面膜湿敷，从而维持酪氨酸酶活性，预防病情复发，叮嘱患者严格遵医嘱应用药物治疗，避免感染等现象；（4）饮食指导：指导患者治疗期间和治疗后主要以清淡饮食为主，并增加高维生素含量的新鲜果蔬摄入，避免食用辣椒、大蒜等具有刺激性的食物，严格戒烟、戒酒以及避免进行蒸桑拿等活动。

1.3 评价标准

（1）比较 2 组患者的激光治疗效果，显效：面部色斑缩小

> 90%，以及皮肤颜色趋近于正常状态，未见不良反应；有效：患者的色斑缩小 > 60%，以及皮肤颜色变浅并接近正常；无效：色斑面积和颜色等未明显改善或进一步加重。（2）2 组患者随访 6 个月，统计黄褐斑的复发率。

1.4 统计学方法

文中数据行 SPSS22.0 分析，计量资料数据标准差为 $(\bar{x} \pm s)$ ，组间数据行 t 检验，计数资料为 $[n(\%)]$ ，组间数据行 χ^2 检验， $P < 0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 激光治疗效果组间对比

治疗总有效率观察组 97.30%，对照组 86.49%， $P < 0.05$ 。

表 1 激光治疗效果组间对比 $[n(\%)]$

分组	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	37	21(56.76)	15(40.54)	1(2.70)	36(97.30)
对照组	37	16(43.24)	16(43.24)	5(13.51)	32(86.49)
χ^2 值		7.196	0.196	5.016	5.016
p 值		0.010	0.075	0.025	0.025

2.2 黄褐斑复发率组间对比

黄褐斑复发率观察组为 5.41% (2/37)，对照组为 21.62% (8/37)，黄褐斑复发率观察组较对照组更低 $P < 0.05$ 。

3 讨论

黄褐斑在中年女性群体中较为常见，该疾病的发生与激素紊乱、药物因素、精神心理因素、妊娠等有关。激光疗法是目前对黄褐斑患者比较常用的治疗手段，借助强电场作用能够实现色素细胞的气化以及击碎并促使色素排出，为了确保患者的激光治疗效果，还需给予有效的护理干预和指导，从而提升患者的治疗效果以及预防复发^[2-3]。本次研究中，观察组联合应用针对性护理，从防晒、保湿、心理疏导以及饮食等维度入手进行个体化的指导，从而加快患者的色素消退以及变大，确保其治疗效果。本次研究显示，观察组的治疗总有效率较对照组大幅提升，以及随访期间的复发率低于对照组。表明针对性护理的运用，可提升黄褐斑患者的护理质量。

综上所述，对于行激光治疗的黄褐斑患者运用针对性护理，有利于促进其病情康复并降低复发率。

参考文献：

- [1] 贺良锋. 针对性护理在黄褐斑激光治疗中的应用效果 [J]. 医药界, 2019, 15(21):0101.
- [2] 童晶. 黄褐斑激光治疗后的临床效果及术后护理 [J]. 世界最新医学信息文摘 (连续型电子期刊), 2019, 19(12):234.
- [3] 秦莺月, 王彩凤. 针对性护理在黄褐斑激光治疗中的应用效果 [J]. 医学美容, 2020, 29(18):25.