

# 针对性护理在干眼症护理中的应用效果分析

王丽波

吉林市中心医院 吉林 132011

**【摘要】：目的：**分析针对性护理在干眼症护理中的临床效果及应用价值。**方法：**选取我院收治的52例干眼症患者作为研究对象，将其按照随机数字表法分为对照组（26例，使用常规方法护理）和观察组（26例，使用针对性护理）。对两组的护理效果进行分析。**结果：**两组患者在接受护理后均取得一定效果，但观察组在采用针对性护理后，其心理状态评分、生活质量评分、社会支持情况、治疗依从性、护理满意度均优于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。**结论：**在干眼症患者护理过程中，采用针对性护理能取得较佳的效果，可有效改善其心理状态，提升其生活质量，提升其社会支持度，提高其治疗依从性与护理满意度。

**【关键词】：**干眼症；针对性护理；心理状态；生活质量

## Analysis of the Application Effect of Targeted Nursing in Dry Eye Care

Libo Wang

Jilin Central Hospital, Jilin, 132011

**Abstract:** Objective: To analyze the clinical effect and application value of targeted nursing in dry eye care. Methods: 52 patients with dry eye admitted to our hospital were selected as the study object, and they were divided into control group (26 cases, using routine nursing) and observation group (26 cases, using targeted nursing) according to the random number table method. The nursing effects of the two groups were analyzed. Results: The two groups of patients achieved certain results after receiving nursing care, but the observation group was better than the control group in terms of psychological status score, quality of life score, social support, treatment compliance, and nursing satisfaction after adopting targeted nursing care ( $P < 0.05$ ). Conclusion: In the nursing process of dry eye patients, targeted nursing can achieve better results, effectively improve their psychological status, improve their quality of life, enhance their social support, and improve their treatment compliance and nursing satisfaction.

**Keywords:** Dry eye; Targeted nursing; mentality; Quality of life

干眼症又称角结膜干燥症，是指由多种因素所导致的、以眼睛干涩为主要症状的泪液分泌障碍性眼病。干眼症常见症状包括眼睛干涩、容易疲倦、眼痒、有异物感、痛灼热感、分泌物黏稠、怕风、畏光、对外界刺激很敏感；有时眼睛太干，基本泪液不足，反而刺激反射性泪液分泌，而造成常常流泪；较严重者眼睛会红肿、充血、角质化、角膜上皮破皮而有丝状物黏附，这种损伤日久则可造成角结膜病变，并会影响视力。其会造成患者眼睛干痒、有异物感等，使其无法正常学习工作，影响生活质量，从而对心理状态也造成一定影响。虽然本病无法完全治愈，但通过有效治疗可改善干眼症状，患者可正常工作学习，降低对日常生活的影响<sup>[1]</sup>。因此在治疗过程中采取有效护理措施亦十分重要，本文研究了对于干眼症患者采用针对性护理的临床效果，具体如下：

### 1 对象和方法

#### 1.1 对象

选取我院于2021.11-2022.11月收治的52例干眼症患者作为研究对象。将其按照随机数字表法，分为对照组（26例，男14例，女12例，年龄 $42.37 \pm 3.54$ 岁）和观察组（26例，男15例，女11例，年龄 $42.41 \pm 3.62$ 岁）。纳入标准：两组患者均符合干眼症诊断标准；患者均知晓本次研究内容，且同意参加；视功能正常者；病历资料完整。排除标准：严重心肝肾病变者；处于妊娠期或哺乳期者；合并其他眼部病变者；存在认知功能障碍者；存在精神障碍者；依从性较差者。两组一般资料差异无统计学意义（ $P >$

0.05）。

#### 1.2 方法

对照组采用常规护理，包括对患者进行眼部检查，并指导其正确使用相应治疗药物。观察组采用针对性护理，主要包括：

##### 1.2.1 饮食护理

护理人员应引导患者饮食清淡，多摄入蛋白质和维生素。可以多吃鸡蛋、牛奶、胡萝卜、菠菜、豆制品等，多吃新鲜水果和蔬菜，有效改善视力。同时，避免食用刺激性食物，减少咖啡、浓茶等刺激性饮料的摄入。护士应引导患者保持良好的饮食习惯，让患者意识到科学饮食的重要性，并督促患者保持均衡的饮食结构，充分保证身体得到营养。

##### 1.2.2 生活环境护理

生活环境温度保持在 $18-20^{\circ}\text{C}$ ，湿度保持在60%左右。如果室内湿度太低，请使用加湿器。每天打开窗户，保持房间空气新鲜。

##### 1.2.3 用药指导

干眼症患者应及时治疗并正确用药。护理人员应建议患者不要自行滥用消炎眼药水，因为干眼不是传染性炎症，应严格遵循医生的指示使用富含电解质的人工泪液。一些患者由于使用某些药物而出现干眼症。研究发现，导致患者眼睛干涩的药物是镇静剂、血压药、胃药和安眠药，因此他们必须按照医生的建议服用这些药物。此外，当佩戴隐形眼镜时，应合理使用眼药水，并尽量减少使用

频率；对于一些无法治愈的干眼症患者，应指导他们选择不含适合他们的防腐剂的人工泪液，以缓解眼部不适。

#### 1.2.4 健康宣教

如果出现眼部不适，及时通知患者返回医院检查，并说明控制和缓解干眼症主要在于预防，一旦确诊，需要及时、正确的诊断和治疗；加强干眼症防治知识的宣传教育，以公共卫生预防方法开展健康讲座，合理有效地运用宣传方法开展宣传教育工作，提高干眼症患者的自我保健和预防知识。此外，应引导过度用眼的患者在正常用眼期间特别注意眼部卫生。为了有效放松眼部肌肉，缓解眼部疲劳，应引导患者充分利用休息时间，闭上眼睛休息，定期进行眼部健康锻炼，并进行远眺。

#### 1.2.5 日常生活护理

因为在过度干燥的室内环境或长期使用空调的过程中，患者的眼泪会加速蒸发速度，导致无法有效润滑角膜，使整个眼球干燥，严重时还会发生角膜上皮性角化病。因此，护理人员应引导患者保证良好的生活环境，有效保护眼睛，并坚持每天进行眼保健操，保证眼睛有充足的休息时间和良好的用眼习惯；在看电视或玩手机时，要增加眨眼次数，以减少眼睛暴露在空气中的时间，从而有效减少眼泪的蒸发。同时，连续使用眼睛1小时后，需要休息10min左右。

#### 1.2.6 病因治疗

在疾病治疗过程中，有必要确定患者的病因。如果患者患有结膜炎引起的干眼症，则需要抗生素治疗。如果干眼症是由泪液质量异常引起的，则有必要通过清洁眼睑边缘、按摩或局部热敷来促进泪液的正常分泌，以缓解干眼症的症状。

#### 1.2.7 心理护理

严重的干眼症通常会给患者带来不同程度的生理和心理障碍。因此，对干眼症患者进行有效的心理咨询，积极消除他们的紧张和恐惧，可以加快患者的临床康复进程，改善其预后。对于首次寻求治疗的患者，由于对干眼症缺乏了解，护理人员应耐心地告诉患者干眼症的发病机制和原因，这有助于消除患者的恐惧和负面情绪；对于需要长期治疗的患者，由于缺乏战胜疾病的信心，他们容易患上抑郁症和抑郁症。护士应该给予患者更多的关心和考虑，给予他们足够的安慰，帮助他们建立战胜疾病的勇气和信心。

#### 1.2.8 用药卫生护理

对于戴隐形眼镜的患者，需要告知他们在洗澡或睡觉时摘掉眼镜。通常，在睡眠中，眼泪的分泌也会减少。如

果在洗澡时戴隐形眼镜，会引起眼部疾病的继发感染。当隐形眼镜处于干燥状态时，很容易对角膜内膜造成损伤，导致干眼症状更加严重。对于长时间使用电脑的人来说，眼睛的姿势和频率都需要矫正。应该每小时休息15分钟。此外，护理人员应指导患者用毛巾在约36°C的温度下湿润眼睛，每次10分钟，每天早晚两次，或使用广谱加热器或红外加热器。使用时，我们应该向患者详细解释热敷的准确方法，并尽量避免不必要的烫伤和灼伤。

### 1.3 观察指标

采用SDS（抑郁自评量表）、SAS（焦虑自评量表）对两组心理状态进行评估，其中SDS量表标准分的分界值为53分，53-62分为轻度抑郁，63-72分为中度抑郁，73分以上为重度抑郁；SAS量表标准分的分界值为50分，其中50—59分为轻度焦虑，60—69分为中度焦虑，70分以上为重度焦虑；采用WHOQOL-BREF量表（生活质量量表）对两组生活质量进行评估，主要包括生理功能、心理功能、社会功能、环境功能，各项总分均为100分，评分越高，生存质量越好；采用社会支持量表对两组社会支持情况进行评估，包括主观支持、客观支持，每项均为15分，分数越高，支持度越高；对两组治疗依从性进行对比，包括完全依从、基本依从、部分依从、不依从，依从性=（完全依从+基本依从+部分依从）/总例数×100%；对两组护理满意度进行对比，包括非常满意、满意、一般满意、不满意，满意度=（非常满意+满意+一般满意）/总例数×100%。

### 1.4 统计学分析

使用SPSS20.0软件对数据进行统计学分析，使用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料，组间比较结果采用t检验；使用“n,%”表示计数资料，组间比较结果采用 $\chi^2$ 检验。P<0.05表示数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组心理状态评分对比

观察组心理状态评分明显低于对照组，差异均有统计学意义（P<0.05）。如表1：

表1 两组心理状态评分对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	SDS	SAS
观察组	26	47.29±2.26	45.58±2.16
对照组	26	53.81±2.41	51.16±2.37
t	-	10.023	8.873
P	-	0.001	0.001

### 2.2 两组生活质量评分对比

观察组生活质量评分明显高于对照组，差异均有统计学意义（P<0.05）。如表2：

表2 两组生活质量评分对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	生理功能	心理功能	社会功能	环境功能
观察组	26	84.91±2.56	85.78±3.38	84.92±3.19	83.81±3.27
对照组	26	73.58±3.58	73.26±3.55	73.77±3.54	74.26±3.33
t	-	13.127	13.024	11.931	10.434
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

### 3 讨论

干眼症的患病率在不同年龄、性别中有所不同。有研究表明, 50-54 岁的男性患病率为 3.9%; 80 岁以上的男性, 患病率为 7.7%; 50 岁以下女性的患病率为 5.7%; 75 岁以上的女性患病率为 9.8%。本病可造成角膜的损伤, 干眼症患者出现滋润角膜表面的泪液减少, 角膜表面出现干斑, 干斑会造成角膜上皮的损伤; 还可造成结膜的损伤, 干眼症也会导致结膜出现干斑, 甚至充血、水肿, 引起眼睛的各种不适症状<sup>[2]</sup>。因此, 需在干眼症患者采取治疗期间实施有效护理措施。

针对性护理是指以患者为中心, 以提高护理质量与效率为目标, 根据不同患者的实际需求展开针对性措施, 从而提升其治疗效果与生活质量。其能有效解决患者护理过程中出现的问题, 提升其治疗依从性与生活质量, 提高护理工作质量。在护理工作中, 我们不仅要注意人的生理方面的改变, 还要重视周围环境和社会环境对人的影响, 协调人的生理、心理活动及周围社会文化诸方面的关系, 促

使人们达到最佳健康水平<sup>[3]</sup>。通过针对性护理, 不但患者的健康问题得以解决, 其还能掌握促进健康的方法, 并且护理人员本身在逻辑思维、发现问题和解决问题等方面的能力、业务知识和技能都逐渐得到提高, 护患、医护等关系进一步改善<sup>[4]</sup>。在本研究中, 通过对干眼症患者采取针对性护理, 观察组心理状态评分、生活质量评分、社会支持情况、治疗依从性、护理满意度均优于对照组, 差异均有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。说明其可有效改善患者心理状态, 提升其生活质量, 提升其社会支持度, 提高其治疗依从性与护理满意度。在安宁<sup>[5]</sup>的研究中也表明, 应用针对性护理于干眼症患者中, 能有效缓解其负面情绪, 促进其病情恢复。与本研究结果相符, 说明针对性护理具有较高的使用价值。

综上所述, 对干眼症患者采取针对性护理, 可有效改善其心理状态, 提升其生活质量, 提升其社会支持度, 提高其治疗依从性与护理满意度。

### 参考文献

- [1] 姜世菊, 钟左容. 对干眼症患者实施有针对性护理的效果研究[J]. 当代医药论丛, 2019, 17(01): 255-256.
- [2] 姜世菊, 钟左容. 对干眼症患者实施有针对性护理的效果研究[J]. 当代医药论丛, 2019, 17(01): 255-256.
- [3] 康红, 杨嫣, 胡桂荣. 针对性护理干预对干眼症患者社会心理状况的影响分析[J]. 中国医药指南, 2019, 17(36): 366-367.
- [4] 杨艳华. 针对性护理对干眼症患者社会心理状况的影响研究[J]. 黑龙江中医药, 2021, 50(04): 417-418.
- [5] 安宁. 针对性护理干预在干眼症患者中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2021, 19(16): 131-132.