

全方位护理干预在青少年近视治疗中的效果观察

向文秀 李金金

(中山大学附属第七医院(深圳) 广东深圳 517108)

摘要:目的: 观察青少年近视治疗中实施全方位护理干预的临床价值。方法: 于2021年5月至2023年5月开展此次研究, 将30例青少年近视患者纳入此次研究中。随机将其分为两组, 即研究组(全方位护理)和对照组(常规护理), 对比视力变化情况以及护理知识知晓程度。结果: 研究组裸眼视力和屈光度改善情况优于对照组($P < 0.05$); 研究组护理知识掌握程度高于对照组($P < 0.05$)。结论: 全方位护理干预是青少年近视治疗中的重要策略之一, 能够有效控制近视度数的增长、改善视力状况、提高生活质量、为青少年及家长提供护理眼部护理知识, 在临床上有较好的发展前景。
关键词: 青少年近视; 全方位护理干预; 护理效果

近年来, 青少年近视的发展情况日益严重, 患病率逐年上升, 已成为关注度极高的公共卫生问题。青少年近视的发生与遗传因素、环境因素、教育因素、营养不良等有密切关系。角膜塑形镜是临床上使用率高且效果明显的治疗方法, 其通过对角膜的压迫, 使角膜屈光率发生改变, 进而有效矫正屈光不正, 达到控制视力发展的效果^[1]。但是在实际治疗中, 佩戴方法不正确、日常保养方式错误等诸多因素都会影响矫正效果。临床上对此类人群的护理以常规护理为主, 但是缺乏全面性, 成为视力矫正道路上的阻碍。有研究发现, 青少年近视治疗中实施全方位护理干预有利于增加青少年和家长对治疗的重视和知晓程度、提高矫正效果^[2]。全方位护理是一种包括全面个性化护理计划的护理方案, 旨在为患者提供更全面、更个性化和更有效的护理服务, 以满足患者护理需求^[3]。对此, 本研究通过对护理效果的观察, 探讨在青少年近视眼治疗中全方位护理干预的应用效果, 现报道如下。

1、资料与方法

1.1一般资料

研究区间为2021年5月至2023年5月, 按照随机抽样法设置例数相同、护理措施不同的两组。研究组: 共15例, 男女人数分别为8人、7人, 年龄范围10至16岁, 年龄均值为(12.57 ± 1.46)岁; 对照组: 共15例, 男女人数分别为7人、8人, 年龄范围10至16岁, 年龄均值为(12.60 ± 1.47)岁。上述研究对象均符合青少年近视诊断标准、眼压正常、均首次接受角膜塑形镜控制治疗、青少年及其家属均对此次研究表示知情, 并签署知情同意书; 排除患有先天性眼病、活动性眼部感染、眼部有外伤史以及存在佩戴角膜塑形镜禁忌症者。综上, 研究对象基本资料对比差异无统计学意义($P > 0.05$)。

1.2方法

1.2.1对照组

实施常规护理干预, 主要涵盖询问佩戴角膜塑形镜后感受、讲述角膜塑形镜正确取戴方法、注意事项以及如何日常保养等内容, 耐心解答青少年及家长对治疗及护理的疑问, 向其发放角膜塑形镜使用说明书; 告知下次复查时间。

1.2.2观察组

采用全方位护理干预, 包含内容较为广泛, 主要有以下几个方面:
(1) 提高认知, 角膜塑形镜使用方法和效果较传统眼镜有所不同, 青少年和家长容易对治疗方法存在一些疑虑和误解。护理人员提供有关配戴角膜塑形镜的目的、优异性和适用人群等方面的信息; 解答疑虑和疑问, 同时提供参考资料; 将一些成功案例分享给青少年和家长, 并同步

分享其他使用者的体验, 使其更有信心使用角膜塑形镜, 有利于消除担忧和焦虑, 能够更好的配合完成后续的治疗和护理。(2) 做好镜片日常养护, 以镜片使用说明书为基础, 对相关注意事项进行讲解。首先, 保持手部清洁, 在佩戴或摘下角膜塑形镜前, 用肥皂水清洗双手; 其次, 每日用指尖清洗镜片, 在摘下角膜塑形镜时, 使其凹面朝上, 放于手心, 滴入2至3滴生理盐水后用指腹轻轻揉搓镜片, 清洗镜片表面的沉积物和残留物质, 然后用生理盐水进行清洗, 最后放置于镜盒内; 同时确保镜盒内的护理液每日更换, 镜盒清洗干净并晒干后重新加入护理液, 放入镜片, 并放置在阴凉干燥的地方, 避免高温、潮湿或强烈光线照射。(3) 正确取戴角膜塑形镜, 取镜时先清洗双手, 然后向眼睛内滴入1至2滴润舒液, 然后使用吸棒吸取镜片, 确保吸棒在使用前已经被生理盐水冲洗过; 戴镜前依然需要清洗双手, 用生理盐水冲洗好后将凹面放于右手食指手指的指腹处, 将适量的舒润液滴在镜片中心, 利用左手食指和中指, 将上下眼睑固定, 将镜片轻轻地压在眼睛的中心位置, 在确定配戴成功后闭眼向下看, 稳定镜片。戴入角膜塑形镜后, 如果不舒适或有异物感, 进行角膜塑形镜的调整, 取下后重新戴入。(4) 预防并发症, 讲述角膜塑形镜正确佩戴时长, 应控制在12小时内, 同时告知佩戴时间过长对眼睛的危害; 遵循医生建议, 不随意更换角膜塑形镜、清洗溶液、清洗镜盒等; 叮嘱家长定期带孩子进行复查, 医生会定期对青少年的眼睛进行检查, 并评估角膜塑形镜的适合度, 以便早期处理。(5) 用眼习惯指导, 避免长时间使用电子产品, 每隔20-30分钟休息5分钟; 应谨慎揉搓眼睛, 避免角膜塑形镜松动或者移位; 避免在阳光强烈的环境下活动, 减少光线对眼睛的刺激; 定期进行眼保健操, 如转动眼球锻炼眼肌, 缓解眼部疲劳; 眼睛并看向远处; 双手搓热摩擦, 然后覆盖在眼上, 轻轻地闭上双眼, 感受手心温暖, 重复3-5次等。(6) 饮食指导, 多吃富含维生素A的食物, 例如胡萝卜、菠菜、南瓜、西红柿等, 这些食物有助于保护角膜和维护眼睛健康; 饮食宜清淡, 避免摄入过多的盐分、食品添加剂等刺激性食物, 以免引起眼部不适。(7) 运动指导, 治疗期间避免剧烈运动, 如球类运动、高强度锻炼等, 这些运动容易导致眼部疲劳、增加视觉压力, 影响角膜塑形镜的矫正效果。

1.3 观察指标

视力改善情况的比较以干预前和干预3个月后的裸眼视力和屈光度的变化情况为依据, 使用视力筛查仪进行检测。对近视眼护理知识的掌握程度以我院自己拟定的调查问卷为标准, 主要包括角膜塑形镜的日常保养、注意事项以及取戴等, 分值为100分, 根据评分情况共分为3个等级, 即优=80至100分、良=60至79分、差=0至59分, 最后统计出优良率。

1.4 统计学方法

本次实验数据应用 SPSS 24.0软件进行统计学数据的分析, 比较采用 t 检验和卡方检验, 以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2结果

2.1组间视力变化的比较

干预前, 研究组和对照组裸眼视力和屈光度差异不明显, 不具有统计学意义 ($P > 0.05$); 干预后, 两组裸眼视力和屈光度均有所改善, 但是研究组明显优于对照组 ($P < 0.05$), 数据见表1。

表1 裸眼视力、屈光度对比 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	裸眼视力		屈光度 (D)	
		干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	15	0.26 ± 0.12	1.18 ± 0.25	-0.79 ± 0.17	-0.33 ± 0.18
对照组	15	0.26 ± 0.13	1.02 ± 0.14	-0.78 ± 0.15	-0.58 ± 0.26
t	-	0.219	2.163	0.171	3.062
P	-	0.828	0.039	0.866	0.005

2.2组间护理知识知晓程度的比较

两组患者对近视治疗护理知识掌握程度优良率高达93.33%, 显著高于对照组60.00%。

表2 护理知识知晓程度对比 [n (%)]

分组	例数	优	良	差	优良率
研究组	15	10 (66.67)	4 (26.67)	1 (6.67)	14 (93.33)
对照组	15	6 (40.00)	3 (20.00)	6 (40.00)	9 (60.00)
χ^2	-	-	-	-	4.659
P	-	-	-	-	0.031

3 讨论

3.1青少年近视及治疗现状

青少年近视是现代社会中非常常见的健康问题, 其严峻性已经引起社会的重视和广泛关注。12岁到18岁之间是近视的高发阶段, 因为眼睛正处于生长发育状态, 容易受到外界因素的影响, 从而导致近视。长时间近距离看电子产品、阅读习惯不当、长时间缺乏户外活动以及遗传因素等成为近视的常见原因。近视不仅会影响学习效率, 也会影响生活质量, 甚至还有高度近视和致盲的风险^[8]。视力矫正、视觉训练以及手术矫正成为青年近视眼的常用治疗手段。其中角膜塑形镜是一种非手术矫正视力的方法, 通过佩戴特制的角膜塑形镜, 利用镜片对角膜表面的塑形作用, 达到矫正视力的目的。角膜塑形镜治疗青少年近视的效果和作用已经得到广泛认可, 是一种安全、有效的方法。对于度数低的近视眼青少年来说, 可以作为理想的治疗选择。

3.2全方位护理干预对青少年近视治疗的影响

全方位护理干预是一项综合性的干预措施, 用于预防和治疗各种健康问题。全方位护理干预从全面的角度出发, 通过多管齐下的方法, 着重从生活方式、饮食、运动、心理健康等多个方面来改善患者的健康状况⁹。全方位护理干预强调个性化治疗和细致的关怀, 旨在提高患者的生活质量和满意度。这种护理模式被广泛应用于各种医疗领域, 均取得了良好的护理效果。青少年近视治疗中应用全方位护理干预, 包括对患者进行全面的、个性化的综合评估, 准确地了解患者的诊疗需求, 进而

制定最佳的诊疗方案, 明确治疗目标⁹。青少年近视患者往往具有不良的学习和生活习惯, 如过度使用电子产品、阅读时间过长、不注意休息等, 这些习惯会加重近视程度, 从而对视力造成更大的伤害。全方位的护理干预包括调整生活习惯、提高注意力和培养良好的学习习惯等, 从而能够减少近视的进一步恶化。通过教育、宣传等手段, 让青少年及其家人了解近视治疗的重要性, 掌握近视防治的方法和技巧, 从而在日常生活中更好地实施视力保健措施。青少年近视人群往往面临着一定的心理负担, 如自卑、孤独和焦虑等。全方位护理干预不仅能够缓解身体痛苦, 也能够对其情感问题进行综合治疗, 从而减少青少年在治疗过程中的心理压力。不仅如此, 通过全方位护理干预, 可以降低眼部感染的风险, 减轻患者的不适, 提高角膜塑形镜的舒适性。最后, 全方位护理干预还包括视力康复训练、眼保健操等多种护理方法, 可以有效地改善近视患者的视力, 同时还可以预防相关并发症的发生。

本次研究发现, 研究组青少年裸眼视力和屈光度恢复效果明显优于对照组 ($P < 0.05$), 由此说明全方位护理干预有利于提升视力矫正效果。分析其原因, 全方位护理干预重视角膜塑形镜清洁、配戴时间控制、无菌使用、饮食和生活习惯等方面的护理, 使治疗效果最大限度地得到保障, 对角膜塑形镜治疗的效果产生积极影响。在本次研究中, 研究组在护理知识掌握程度方面更具优势 ($P < 0.05$), 进一步说明了全方位护理干预能够增加青少年和家长对治疗及护理相关知识的了解, 提高对角膜塑形镜的认知。分析其原因, 如果患者没有足够的角膜塑形镜护理知识, 不知道如何正确清洁、消毒配戴、使用镜片护理液将会增加镜片感染风险、影响视力矫正效果等问题, 全方位的护理干预为治疗提供正确的护理知识, 可以有效地缓解青少年和家长的疑虑和不安, 确保角膜塑形镜的矫正更为有效。

综上所述, 全方位护理干预在青少年近视治疗中具有非常明显的优势, 矫正视力的同时可减轻青少年的视疲劳感, 提升眼部舒适感, 值得进一步推广和实践。

参考文献:

- [1]董运婷,魏承丽,吕慧改.全方位护理干预在青少年近视治疗中的影响[J].内蒙古医学杂志,2022,54(07):887-889.
- [2]李淑玲,刘春霞,苏珮施,周艳红,汪潮,陆锐佳.全方位护理干预在青少年近视中医治疗中的影响[J].中医外治杂志,2022,31(02):116-118.
- [3]蒋雪梅,潘迎燕.探讨不同时间内的术前护理告知及心理护理对近视眼准分子激光手术患者的影响[J].心理月刊,2021,16(05):105-106+108.
- [4]杨欢力.精细化护理在近视眼患者行准分子激光治疗中的应用[J].心理月刊,2020,15(16):153.
- [5]熊雯.近视眼患者行准分子激光屈光手术的安全护理管理及效果探讨[J].中国社区医师,2020,36(15):171+173.
- [6]罗美琴.LASIK 治疗近视眼围手术期临床护理效果评价[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(73):124-125.
- [7]李晶.护理干预在近视眼患者准分子激光原位角膜磨镶术治疗中的效果[J].中国实用医药,2019,14(05):175-176.
- [8]马佳梅,茹鑫锐.青少年假性近视治疗分析及护理干预效果观察[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(16):90.