

过敏性皮炎患者护理中饮食干预的运用效果

边 恒

长春中医药大学附属医院 吉林长春

【摘要】目的 探究过敏性皮炎患者护理中运用饮食干预的效果。**方法** 选取2021年1月-2023年12月期间我院收治的过敏性皮炎患者150例，按照数字随机法分为对照组和观察组，每组各75例患者，对照组进行常规护理干预，观察组在对照组的基础上加入饮食干预，对比两组护理干预后的症状缓解时间和生活质量评分。**结果** 观察组的症状缓解时间明显短于对照组，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)；观察组的生活质量评分明显高于对照组，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。**结论** 饮食干预在过敏性皮炎患者的护理中运用有显著效果，能够有效地缩短患者的症状缓解时间，提高其生活质量，值得临床推广应用。

【关键词】 过敏性皮炎；护理；饮食干预；效果

【收稿日期】 2024年1月20日

【出刊日期】 2024年2月17日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20240049

Effect of dietary intervention in nursing patients with atopic dermatitis

Heng Bian

Affiliated Hospital of Changchun University of Chinese Medicine, Changchun, Jilin

【Abstract】 Objective To explore the effect of diet intervention in nursing patients with atopic dermatitis. **Methods** 150 patients with atopic dermatitis admitted to our hospital during 2021.1 to 2023.12 were selected and divided into control group and observation group according to numerical random method, with 75 patients in each group. The control group received routine nursing intervention, and the observation group was added dietary intervention on the basis of the control group. The symptom remission time and quality of life score of the two groups were compared after nursing intervention. **Results** The symptom remission time of observation group was significantly shorter than that of control group, the difference was statistically significant ($p < 0.05$). The life quality score of the observation group was significantly higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($p < 0.05$). **Conclusion** Dietary intervention has significant effect in the nursing of patients with atopic dermatitis, which can effectively shorten the time of symptom relief and improve the quality of life of patients, and is worthy of clinical application.

【Keywords】 Allergic dermatitis; Nursing; Dietary intervention; Effect

过敏性皮炎是一种普遍的皮肤科疾病，其发生是由于免疫系统对进入机体的过敏原做出异常反应，导致皮肤出现一系列症状^[1]。该疾病的传播方式包括皮肤或黏膜接触、吸入、注射或摄入等途径。过敏性皮炎可以分为多个类型，其分类相当复杂。常见的类型包括湿疹、荨麻疹、药疹、过敏原性接触性皮炎及特应性皮炎等^[2]。针对患有过敏性皮炎的患者，造成患病的原因多种多样，每一种过敏原都可能引发相关的过敏反应。因此，寻找病因、及时治疗患者并提供适当的护理是非常重要的措施，以加快患者康复的速度。饮食干预是一种通过调整个人或群体的饮食和营养摄入来改善健康状况、预防疾病或治疗疾病的干预措施^[3]。合理的饮食有

助于促进过敏性皮炎的恢复。本研究的目的在于评估饮食干预在过敏性皮炎患者护理中的效果，具体报告如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取2021年1月-2023年12月期间我院收治的过敏性皮炎患者150例，按照数字随机法分为对照组（75例，男39例，女36例， 38.08 ± 3.21 岁）和观察组（75例，男38例，女37例， 38.22 ± 3.45 岁），对比两组数据，差异不具有统计学意义 ($p > 0.05$)。

纳入标准：①符合过敏性皮炎诊断者；②神志清楚能够正常沟通者；③对本研究知情并签署知情同意书

者；

排除标准：①合并其他严重疾病者；②患有严重精神疾病无法正常沟通者；③中途退出本研究者。

1.2 方法

对照组进行常规护理干预，包括密切观察患者的皮肤颜色、湿疹皮疹情况、健康宣教、用药指导等；观察组在对照组的基础上加入饮食干预，具体措施如下：

(1) 饮食资料：在患者入院之后，护理人员会归纳他们的饮食信息，其中包括他们的饮食习惯、喜好、日常消费和用餐时间等，以确认是否存在食物过敏史。同时，护理人员也会分析他们平时摄入的药物和食物对病情的影响。此外，护理人员还会关注患者的进食情况，尤其对于有特殊饮食需求的患者会格外留意。通过了解患者的饮食习惯和病情的严重程度，护理人员会向他们明确饮食干预在治疗和康复过程中的重要性，并为他们提供有效的饮食健康教育^[4]。

(2) 忌口食物：为避免可能引发过敏的食物，如鸡蛋、牛奶、大豆、坚果和海鲜等，应尽量避免食用。这些食物属于常见的过敏原，容易触发过敏反应。另外，还应尽量避免摄入含有添加剂和防腐剂的食品，因为许多加工食品含有人工色素、香精和防腐剂，易引发过敏性皮炎反应，因此应尽量减少食用这类食品。此外，避免摄入辛辣刺激性食物，如辣椒、花椒等，因为这些食物容易引起皮肤瘙痒、红肿等过敏反应^[5]。此外，减少海鲜和肉类的摄入量也是必要的，因为这些食物含有大量饱和脂肪酸，会加剧皮肤湿疹症状，请适度减少摄入量。

(3) 增加抗过敏食物的摄入：摄入丰富的新鲜蔬菜和水果可增强免疫功能、减少过敏反应，这是因为它们含有丰富的维生素和纤维素。为了缓解过敏性皮炎的症状，我们可以增加摄入海藻类食物，如海带和紫菜，因为它们含有可以抗过敏的成分。另外，保持足够的水分摄入对皮肤健康也非常有益，因为水有助于促进皮肤的新陈代谢。此外，食用富含维生素E的食物，如花生油、坚果和绿叶蔬菜，也具有抗氧化和抗过敏的功效^[6]。

(4) 注意饮食卫生和调节情绪：重视食品卫生，避免摄入已经变质或者不卫生的食物，以保持饮食的卫生程度。合理安排饮食，避免过度进食或者暴饮暴食，并且按照规定的时间合理进食，同时还要培养良好的饮食习惯。调节情绪，因为过敏性皮炎患者常常会受到症状困扰，容易承受心理压力，所以需要积极调节情绪，以保持愉快的心情。严格遵循医生的建议，因为过

敏性皮炎的饮食调理因人而异，需要根据个体差异和病情变化进行，所以一定要听从医生的指导和建议，并进行针对性地饮食调理。

(5) 在改善过敏性皮炎的过程中，除了上述所提及的修改，保持均衡饮食也具有重要作用。保持身体的营养平衡，确保适量摄入各种营养素至关重要。我们应该尽量选择未经加工、纯天然且无添加剂的食材，减少摄入加工食品以及高糖、高脂肪的食物。此外，增加蔬菜、水果和全谷物的摄入量，适度控制肉类和油脂的摄入，并确保足够的水分摄入，从而改善皮肤的健康状况。

1.3 观察指标

本研究观察对比两组护理干预后的症状缓解时间和生活质量评分。生活质量评分使用简易生活质量评分量表(SF-36)，总分100分，分数越高说明生活质量越高。

1.4 统计学分析

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析， $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 症状缓解时间对比

观察组的症状缓解时间明显短于对照组，差异具有统计学意义($p < 0.05$)。详见表1。

表1 观察组和对照组的症状缓解时间对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	瘙痒(d)	水疱(d)	红肿(d)
观察组	75	5.65 ± 1.22	5.79 ± 1.09	4.77 ± 1.65
对照组	75	7.03 ± 3.87	6.98 ± 3.66	6.26 ± 3.78
<i>t</i>	-	2.945	2.699	3.129
<i>P</i>	-	0.004	0.008	0.002

2.2 生活质量评分对比

观察组的生活质量评分(83.03 ± 12.26分)明显高于对照组(77.96 ± 6.78)，差异具有统计学意义($t = 3.134, p = 0.002$)。

3 讨论

过敏性皮炎的发病原因相当复杂，存在多种不同的病因。临床上，患者主要表现为瘙痒、皮疹和脱皮等症状，其严重程度因人而异，如果情况严重，可能导致皮肤炎症加重并引起感染。此外，患者还可能出现烦躁、焦虑等不良反应，给日常生活带来严重影响^[7]。过敏性皮炎通常与敏感体质密切相关，有些患者还有家族遗传史存在。除此之外，在特定情况下，一些食物如

鸡蛋、牛奶、虾等过敏原也可能引发过敏性皮炎。另外，心理因素、接种因素以及摄入过多营养或不良饮食等因素也可能成为促发该疾病的因素^[8]。

为了满足受护者的营养需求，饮食干预在护理工作中扮演着关键的角色。这项干预措施涵盖了对受护者健康状况的评估，制定个性化的护理计划，及时提供适宜的食物，促进食欲，协助受护者进食。同时，还需要监测进食情况，并与医生和营养师密切合作，解决与进食有关的问题，提供饮食指导和卫生宣教等工作^[9]。饮食干预的对象涵盖了住院病人、出院后康复阶段的病人以及各个年龄段的健康人。饮食在维持健康、预防疾病和促进康复方面扮演着关键的角色。在病人的治疗中，饮食干预发挥着重要的角色。由于许多病人存在胃肠功能紊乱、食欲减退或不能正常进食等问题，因此需要通过调整饮食来满足他们的营养需求。此外，加强营养摄入可以促进组织修复，增强机体的抵抗力和免疫力，从而促进病人的康复。饮食护理措施由护理人员提供，对病人来说具有重要意义。饮食干预是一种综合性的护理方法，涉及营养学和饮食规范等领域，可为过敏性皮炎患者提供具体的饮食指导，并增强他们的自我管理能力和通过了解和指导病人的饮食习惯，还可以加强护理人员与患者之间的感情沟通，提高病人的治疗依从性，引导他们积极乐观地树立康复信心。饮食干预作为一种相对新的护理理念和方法，呼吁越来越多地关注。在向患者提供护理时，护理人员需要教授他们与健康相关的理论知识，并向他们介绍有关疾病的知识和预防策略。同时，他们还应协助患者关注日常生活中的细节，以避免接触过敏原，并培养科学的饮食习惯。在治疗期间，饮食以清淡为主，并要正确搭配蛋白质和碳水化合物的比例^[10]。此外，还可选择一些低钾食物来缓解过敏性皮炎的症状。通过合理的饮食调整，可以减少过敏原的摄入，增加抗过敏食物的摄入量，并选择适宜的蛋白质来源，以保持饮食的均衡并遵循相关注意事项。这些举措有助于改善过敏性皮炎的症状，提升身体免疫力和皮肤健康状况。

综上所述，饮食干预在过敏性皮炎患者的护理中运用有显著效果，能够有效地缩短患者的症状缓解时间，提高其生活质量，值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 沈一菲,葛雅楠,刘明. 过敏性皮炎患者护理中饮食干预的运用分析[J]. 中国医药指南,2021,19(13):232-233.
- [2] 陈艳. 饮食干预配合健康宣教对老年过敏性皮炎患者预后的影响[J]. 皮肤病与性病,2020,42(3):451-452.
- [3] 程芳芳,魏国华. 饮食干预对过敏性皮炎患者的干预效果观察[J]. 皮肤病与性病,2020,42(4):596-598.
- [4] 李光娟. 过敏性皮炎患者加强饮食干预的护理效果研究[J]. 中外医疗,2020,39(33):171-173.
- [5] 刘丽东. 过敏性皮炎患者的饮食干预及实施效果研究[J]. 养生保健指南,2020(19):107-108.
- [6] 王苗青. 过敏性皮炎患者护理中饮食干预的实施效果分析[J]. 现代护理医学杂志,2023,2(8).
- [7] 王岩. 过敏性皮炎患者护理期间应用饮食干预联合心理护理的效果[J]. 妇幼护理,2023,3(12):2934-2937.
- [8] 石凯秀. 过敏性皮炎患者护理中饮食干预的运用分析[J]. 健康忠告,2021,15(31):123-124.
- [9] 丁秀敏. 饮食干预对过敏性皮炎患者干预效果探讨[J]. 医学美学美容,2021(19):101-102.
- [10] 刘春阳. 饮食干预对过敏性皮炎患者复发率、护理满意度评分的影响[J]. 今日健康,2021(13):141-142.

版权声明：©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS