

## 防晒护理在皮肤激光美容术后患者中的应用探讨

高影

大庆油田总医院 黑龙江大庆

**【摘要】目的** 针对皮肤激光美容术后患者应用防晒护理措施，对临床应用效果进行研究。**方法** 纳入接受皮肤激光美容术的患者128例，对照组（64例）采用常规护理方法，实验组（64例）在常规组基础上给予术后防晒护理措施，对两组患者发生不良反应的概率、生活质量以及护理满意度进行比较。**结果** 实验组患者相较于对照组，出现不良反应包括色素沉着、红肿疼痛、损伤复发的概率明显更低，实验组患者的生活质量和护理满意度相较于对照组显著更高，差异明显， $P < 0.05$ 。**结论** 针对皮肤激光美容术后患者给予针对性的防晒护理，可以有效减少不良反应的发生率，提高患者的生活质量以及护理满意度，对于患者皮肤的恢复具有显著的临床效果。

**【关键词】** 防晒护理；皮肤激光美容术；不良反应

### Application of sunscreen nursing in patients after skin laser cosmetic surgery

Ying Gao

Daqing Oilfield General Hospital Daqing Heilongjiang

**【Abstract】 Objective:** To study the clinical effect of sunscreen nursing measures for patients after skin laser beauty surgery. **Methods:** 128 patients who underwent skin laser cosmetic surgery were included. The control group(64 cases)adopted routine nursing methods, and the experimental group(64 cases)was given postoperative sunscreen nursing measures on the basis of the routine group. The probability of adverse reactions, quality of life and nursing satisfaction of the two groups were compared. **Results:** compared with the control group, the patients in the experimental group had significantly lower probability of adverse reactions, including pigmentation, swelling, pain and injury recurrence. The quality of life and nursing satisfaction of the patients in the experimental group were significantly higher than those in the control group( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** targeted sunscreen care for patients after skin laser cosmetic surgery can effectively reduce the incidence of adverse reactions, improve patients' quality of life and nursing satisfaction, and has a significant clinical effect on the recovery of patients' skin.

**【Keywords】** Sunscreen nursing; Skin laser cosmetology; Adverse reaction

随着现代医学的不断发展，皮肤美容方式不断增多，皮肤激光美容术的出现充分满足了公众对于美容的需求，成为有关医学从业人员重点关注的方向。作为一种临床美容技术，皮肤激光美容术是利用光热原理，将皮肤上的体毛、痣、斑等进行祛除，起到光滑细腻皮肤的效果。皮肤激光美容具有较好的治疗效果，安全性和舒适度较高，已经作为一种常规的美容技术获得了广泛的应用，但是术后创面如果直接与紫外线发生接触，容易造成皮肤老化、晒伤、晒黑、色素沉淀等不良反应，所以，防晒是该技术应用的重要难点，对于患者术后的预后效果具有直接的影响<sup>[1]</sup>。基于此，本文选择皮肤激光美容术后患者作为研究对象，

对防晒护理的应用效果进行分析，结果如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

本次实验选取到我院接受皮肤激光美容术的患者128例，实验开展时间为2020年4月-2022年4月，分组方式采用平行信封抽签法。实验组患者年龄23-55岁，均值为 $(36.18 \pm 2.21)$ 岁，男女比例为30:34，皮肤病程1-5年，病程均值为 $(2.58 \pm 0.12)$ 年；对照组患者年龄22-62岁，均值为 $(35.95 \pm 1.15)$ 岁，男女比例为33:31，皮肤病程1-6年，病程均值为 $(2.46 \pm 0.25)$ 年。一般资料数据差异不大， $P > 0.05$ 。

##### 1.2 护理方法

患者到院以后,要对其具体情况包括皮肤病类型、皮肤损伤位置、严重程度等进行评估,选择合适患者的激光治疗仪器,对有关参数进行调整,针对性的给予激光美容术治疗。对照组患者采用常规护理方法,包括药物使用指导、健康宣教、饮食护理等,实验组在对照组基础上给予防晒护理,具体方法如下。

#### (1) 炎症期护理

①皮肤激光美容术后患者的皮肤属于高敏状态,会出现明显的炎症,需要保证患者皮肤的干扰,以免出现感染,这时候患者对于防晒剂无法耐受,护理人员要叮嘱患者选择物理方法进行科学的防晒,防晒持续时间至少三十天。②护理人员要指导患者尽量不要外出,特别是要避开早上十点到下午四点这一紫外线强度较高的时间段,假如需要外出,尽量穿好防护衣或者具有很好紫外线防护功能的密织衣物,并佩戴太阳镜和遮阳帽,打好遮阳伞。需要特别注意的是,并非所有的织物都具备防护紫外线的作用,假如纺织品的紫外线防护系数低于30,那么该织物并不具备防护功能,只有紫外线防护系数超过30并且UVA波段的透过率不超过5%的织物,才具备防护紫外线的功能。假如紫外线防护系数超过50,那么表明该织物具有很好的防晒功能。编织较为紧密且材料为合成纤维、颜色为深色的衣物所具有的防晒效果相对更好,湿衣物所具有的防晒效果较差或者不具备防晒效果[2]。③帽檐能够有效的对患者的眼睛、耳朵和鼻子进行保护,假如宽度小于2.5厘米只能对鼻子进行保护,帽檐宽度在2.5-7.5之间能够为患者提供的防护指数为2-3,可以对面部进行很好的保护。如果帽檐宽度超过7.5,那么可以有效的对超过七成的紫外线进行抵挡。质量较好的太阳镜可以有效抵挡96%-98%的紫外线,并且效果与镜片的材料和形状有直接的关联。④要尽量规避水面、路面、雪、沙漠等发射形成的紫外线,不可使用光敏性的药物和食物。

#### (2) 光老化手术炎症期的防晒护理

接受光子嫩肤手术的患者在手术完成以后,皮肤具有较高的敏感性,在受到光照刺激的情况下容易形成黑素使得患者的皮肤发生色素沉着,并且新生皮肤也容易出现光老化,因此护理人员要指导该类患者进行必要的物理防晒。假如患者手术完成后没有皮肤创伤,可以使用防晒剂促进防晒效果的提升。

#### (3) 皮肤恢复期间的防晒护理

首先,防晒剂的选择。单纯使用物理方法进行防晒并不能完全避免紫外线对术后皮肤造成的影响,患者在恢复期间,要以物理防晒作为基础选择适合患者使用的安全有效的防晒剂。防晒剂通常包括化学成分和物理成分。物理防晒的作用机理是将紫外线反射或者散射出去,具有较高的安全性并且不会对患者造成较大的刺激。假如患者属于敏感性皮肤或者对于化学制剂过敏,可以选择这一类型的防晒剂,可以有效的减少过敏反应和光毒反应。化学防晒的主要机理是通过紫外线的吸收达到防晒的目的,其质地轻薄,没有颜色,不会对患者原来的肤色和化妆效果产生影响<sup>[3]</sup>。其次,防晒剂指数的选择。UVB(中波黑斑效应紫外线)选择防晒指数作为参考依据,尽可能选择防晒指数超过30的防晒剂,而UVA(长波黑斑效应紫外线)应当以PA指标作为参考依据,通常利用PA+到PA+++进行标识,防晒剂尽量选择PA+++。最后,防晒剂的使用方法。防晒剂被皮肤完全吸收需要的时间为半小时,而功效发挥的持续时间仅为2-4小时,所以患者如果需要外出要提前半小时进行防晒霜的涂抹,并且每隔2-4小时要重新涂抹一次。假如患者要在光线比较强烈的环境中游泳、活动或者流汗,那么要重复多次涂抹,尤其是要注意容易晒伤的地方。防晒剂在涂抹以前,要对皮肤上的汗水和污垢进行清洁,从而保证防晒效果。在使用前要用手掌轻轻的将防晒剂抹开,然后用手拍匀拍开。护理人员要指导患者对皮肤进行及时的清洁,避免防晒品对毛孔造成阻塞形成粉刺后者痤疮。假如患者发生色素沉着,在进行防晒护理的过程中要给予患者维生素C和维生素E,并补充铁元素和锌元素,增加水的摄入,避免熬夜和吸烟,从而使色素快速消退。

#### (4) 健康宣教

护理人员要为患者建立微信群,对患者的恢复情况进行定期随访,并在微信群内定期更新消息,进行术后护理措施的宣传和教育,如果患者存在疑问,护理人员要及时的给予答疑解惑。同时,要叮嘱患者不可进行皮肤搔抓,等待创面结痂的自然脱落。对眼睛周边皮肤进行治疗的患者,要在睡觉时尽量将枕头抬高,保证枕巾、被罩和床单的干净整洁。如果创面出现疼痛和灼热,要及时的采取冰敷等措施,使不适得到缓解。

#### 1.3 观察指标

对两组患者不良反应包括色素沉着、红肿疼痛、损伤复发的发生情况进行观察和统计。

制定护理满意度评估量表,对护理方法、护理效果、护理质量等内容的满意程度进行评估,结果以满意、一般满意、不满意进行展示。

对两组患者的生活质量进行评估,采用生活质量评定量表对患者的生理机能、精神健康、情感职能、社会功能四个方面进行分值评估和比较。

#### 1.4 统计学处理

将两组效果录入 SPSS22.0 软件,计量资料检验行  $t$  表示用  $(\bar{x} \pm s)$ , 计数资料检验行  $\chi^2$ , 表示用  $(\%P < 0.05)$  是统计学意义成立的依据。

## 2 结果

2.1 并发症发生率对比, 详见表 1。

2.2 满意度比较, 详见表 2。

2.3 生活质量比较, 详见表 3。

表 1 并发症发生情况对比[n(%)]

组别	n	色素沉着	红肿疼痛	损伤复发	发生率
实验组	64	1	0	1	2 (3.13%)
对照组	64	4	2	4	10 (15.63%)
$\chi^2$	-	-	-	-	5.885
P	-	-	-	-	0.015

表 2 两组患者的护理满意度对比[n(%)]

组别	n	满意	一般满意	不满意	整体满意度
实验组	64	32	29	3	61 (95.31%)
对照组	64	20	30	14	50 (78.13%)
$\chi^2$	-	-	-	-	8.208
P	-	-	-	-	0.004

表 3 两组患者生活质量评分 $[(\bar{x} \pm s)$ 分]

组别	n	生理机能	精神健康	情感职能	社会功能
实验组	64	71.25 $\pm$ 2.13	72.57 $\pm$ 3.14	71.46 $\pm$ 3.56	68.59 $\pm$ 2.53
对照组	64	81.96 $\pm$ 3.12	79.68 $\pm$ 2.89	82.97 $\pm$ 2.86	82.54 $\pm$ 3.32
t	-	22.680	13.329	20.164	26.736
P	-	0.000	0.000	0.001	0.000

## 3 讨论

毛孔粗大、蜘蛛痣、雀斑等是临床上较为多见的皮肤病症,不但对人们的整体外观存在严重的影响,还得会对患者的身心健康造成巨大的负担。随着生活质量的提升,人们对美容的需求量不断提升,推动了激光医疗技术的高速发展和不断进步。

皮肤激光美容术的原理是选择对人体没有损伤、穿透能力较强、阻止吸收率高的广播波段,使激光光束透过皮肤对生物组织产生刺激,对皮肤中的色素细胞和颗粒造成破坏,并对患者的皮肤组织和穴位产生刺激,使患者的血液循环速度变快,使细胞的再生功能得到激活,对于衰老皮肤和受损皮肤具有很好的修复作用,可以有效的改善患者面色晦暗、皮肤松弛、眼袋下垂、色素沉着、毛孔粗大、皱纹、皮肤粗糙等问题,使患者皮肤变得红润有光泽,起到美容的效果。

大量临床实践表明,接受激光美容术的患者集体结构会出现一定的变化,使得皮肤的正常生理功能受到损伤,紫外线照射时会引起更加严重的光敏感,出现晒伤、黑变的概率增加,影响患者的美容效果和生活质量<sup>[4]</sup>。接受皮肤激光美容术的患者皮肤处于敏感性较高的状态,特别是对光源具有很强的敏感性,与紫外线接触时会出现光敏反应,对于色素性皮肤病和血管性皮肤病患者而言,激光美容书会对皮肤造成不同程度的损伤,如果受到紫外线的刺激,会对皮肤损伤的修复效果产生严重的不利影响,可能会造成炎症反应。对于光老化皮肤患者而言,手术完成以后如果受到紫外线的刺激会引发色素沉着,而且我们亚洲人皮肤相较于白种人颜色更深,手术后出现色素沉着的概率也会更高,而色素沉着会对手术的预后效果产生不

利影响。研究资料显示<sup>[5]</sup>，皮肤激光美容术后患者出现色素沉着的概率在 7.9%-11.2% 之间，并且通常会在 3-12 个月内缓慢消退，术后防晒护理的效果跟这些不良反应的出现具有直接的关系，这也是限制激光技术应用范围的一个重要因素。因此，接受皮肤激光美容术的患者，需要加强对术后防晒护理的重视，降低色素沉着等不良反应的出现概率。

本次研究表明皮肤美容术后患者通过科学有效的防晒护理措施，可以有效的减少不良反应发生的概率，使患者皮肤恢复到较为满意的美观度，提升患者的生活质量。

综上，在皮肤激光美容术后患者应用防晒护理措施，可以有效的减少不良反应的发生率，提高患者的生活质量以及护理满意度，对于患者皮肤的恢复具有显著的临床效果，值得推广。

### 参考文献

- [1] 陈洁珊, 谭雪玲, 黄艳, 等. 防晒护理在皮肤激光美容术后患者中的应用[J]. 中国继续医学教育, 2021, 13(13): 4.
- [2] 康文丽, 于春利. 防晒护理在皮肤激光美容术后护理中的应用效果[J]. 糖尿病天地·教育(下旬), 2020, 017(001): 2

27-228.

- [3] 樊菁菁, 张嫚嫚, 万霞. 临床护理路径在难治性皮肤病患者护理中的应用价值研究[J]. 皮肤病与性病, 2020, 42(2): 2.
- [4] 李晓东, 段妍. 防晒护理对皮肤激光美容术后患者的应用有效性分析[J]. 中华养生保健, 2020, 38(4): 2.
- [5] 林琳, 宋俊红, 李静, 等. 皮肤激光美容术后护理中防晒护理模式的应用价值研究[J]. 重庆医学, 2021, 50(S01): 3.

**收稿日期:** 2022 年 5 月 31 日

**出刊日期:** 2022 年 11 月 8 日

**引用本文:** 高影, 防晒护理在皮肤激光美容术后患者中的应用探讨[J]. 当代护理, 2022, 3(9) :128-131.  
DOI: 10.12208/j.cn.20220419

**检索信息:** RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

**版权声明:** ©2022 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**