

综合护理在银屑病患者中的护理效果分析

邓卫红

长治市第二人民医院 山西 长治 046000

摘要:目的:探究综合护理在银屑病患者中的护理效果。方法:选取在2021年4月到2024年4月本院收治的70例银屑病患者,随机数字表法分为观察组(综合护理)、对照组(常规护理)各35人。结果:相比对照组,观察组护理效果较高($P < 0.05$);护理后,观察组睡眠质量评分更低、健康保健行为评分更高($P < 0.05$)。结论:综合护理在银屑病患者中应用的护理效果更高,可以显著改善其睡眠质量,提升健康保健行为。

关键词:综合护理;银屑病;护理效果

银屑病是一种遗传与环境共同作用诱发的免疫介导的慢性、复发性、炎症性、系统性疾病,长久以来一直困扰着无数患者。其病因复杂,病程漫长,且往往伴随着严重的心理负担,使得银屑病的治疗与护理成为了一个亟待深入研究的课题^[1]。随着医学模式的转变,护理在疾病治疗中的作用日益凸显,特别是对于银屑病这类身心疾病,有效的护理手段不仅能缓解患者的身体症状,更能减轻其心理负担,提升生活质量^[2]。本文旨在探究综合护理在银屑病患者中的护理效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在2021年4月到2024年4月本院收治的70例银屑病患者,随机数字表法分为观察组男18例、女17例,平均年龄(39.52 ± 5.22)岁;对照组男20例、女15例,平均年龄(39.05 ± 4.98)岁。一般资料无差异, $P > 0.05$ 。纳入标准:(1)患者需经皮肤科专业医生确诊为银屑病,并具备明确的临床症状,如皮肤发红、脱屑、瘙痒等;(2)患者需自愿参与研究,并签署知情同意书。排除标准:(1)具有特殊类型银屑病(如脓疱型、红皮病型等)或病情过于严重、复杂,难以进行常规护理和评估的患者;(2)存在严重精神异常、无法配合研究或护理的患者。

1.2 方法

观察组实施综合护理:(1)皮肤护理。银屑病患者应使用温和的洗涤剂清洁皮肤,保持皮肤清洁,减少细菌和真菌的繁殖,降低感染的风险。要避免使用刺激性的化妆品和洗浴用品,以免加重皮肤炎症。干燥的皮肤容易出现瘙痒和炎症,因此,患者应定期使用保湿剂涂抹在皮肤上,以保持皮肤湿润。选择无香料、无色素的温和保湿乳液,每日多次涂抹于干燥区域,有助于减少鳞屑形成,缓解瘙痒。同时,患者应避免摩擦和搔抓

皮肤,过度刺激可能导致皮肤炎症加重,加重银屑病症状。也要避免过度洗澡,以免使皮肤的天然油脂被清洗掉,导致皮肤干燥和瘙痒。(2)用药护理。嘱咐患者严格遵循医嘱,按时按量服用药物。对于局部外用药膏,如氢化可的松软膏等激素类药物,以及他克莫司软膏等非激素类药物,患者应正确涂抹于患处,避免涂抹过厚或过少,以免影响药效。对于口服药物,如布洛芬缓释胶囊等,患者应饭后服用,以减少对胃肠道的刺激。在用药过程中,患者应密切关注身体反应,如出现恶心、呕吐、皮疹等不良反应,应立即停药并就医。银屑病患者在使用免疫抑制剂、生物制剂等特殊药物时,更需格外谨慎。这些药物虽能有效控制病情,但也可能带来一定的副作用。因此,患者应定期监测血常规、肝肾功能等指标,以确保用药安全。(3)心理疏导。护理人员需以极大的耐心与同理心,倾听患者的内心独白,理解他们因疾病而产生的自卑、焦虑与恐惧。通过专业的心理评估,为患者量身定制个性化的心理疏导方案,包括认知行为疗法,旨在帮助患者纠正对疾病的错误认知,学会以积极的心态面对挑战;情绪释放练习,鼓励患者通过绘画、音乐、写作等方式,将内心的压抑与痛苦释放出来;以及建立支持小组,让患者在相互分享与鼓励中,感受到集体的温暖与力量。同时,心理疏导不应仅仅停留在医院,而应延伸至患者的日常生活中。护理人员应定期与患者保持联系,了解他们的心理状态变化,及时给予指导与支持,确保心理疏导的连续性与有效性。(4)饮食调理。患者应当注重饮食的均衡与多样性,确保摄入足够的维生素、矿物质与蛋白质。新鲜的蔬菜与水果,如苹果、香蕉、猕猴桃、菠菜等,它们富含的维生素与矿物质能够滋养肌肤,促进细胞的再生与修复。鸡蛋、牛奶、瘦肉等优质蛋白质的来源,也能增强了机体的免疫力与抵抗力。银屑病患者还需注意忌

口。辛辣、油腻、刺激性的食物，如辣椒、大蒜等，都可能加重皮肤的炎症与瘙痒，因此应避免食用。（5）适量运动。对于病情较轻的患者，可以选择散步、慢跑等温和的运动方式，这些运动既能够消耗热量，又能促进血液循环，为皮肤提供更多的养分与氧气。而对于病情较重的患者，则可以选择简单的肢体伸展运动，避免过度劳累，以免加重病情。在运动的过程中，患者还需注意运动量的控制。过量的运动可能会导致身体疲劳，免疫力下降，反而加重病情。因此，患者应循序渐进，逐渐增加运动量，让身体逐渐适应运动的节奏。（6）睡眠干预。营造一个舒适的睡眠环境，包括保持卧室的安静、整洁与适宜的温度，选择柔软、透气的床上用品等。指导患者建立规律的睡眠习惯。每天尽量在同一时间上床睡觉与起床，避免熬夜与赖床，以调整生物钟，提高睡眠质量。同时，告知患者可以尝试一些放松身心的技巧，如深呼吸、冥想等，以缓解焦虑与紧张，帮助患者快速入眠。

给予对照组基础干预、常规治疗等常规护理措施。

1.3 观察指标

（1）护理效果，显效：患者的临床症状基本消失，

如瘙痒、红斑、鳞屑等显著减少或完全消退。皮疹消退范围达到90%以上，皮肤恢复接近正常状态。患者的心理状态显著改善，如焦虑、抑郁等负面情绪减轻，生活质量提高。有效：患者的临床症状有所改善，瘙痒、红斑、鳞屑等症状有所减轻。皮疹消退范围在30%至90%之间，皮肤状况有所改善但未达到完全正常。患者的心理状态有所好转，焦虑、抑郁等负面情绪得到一定程度的缓解。无效：患者的临床症状无改善或加重，瘙痒、红斑、鳞屑等症状持续存在或恶化。皮疹消退范围小于30%，皮肤状况未见明显改善。患者的心理状态未发生变化或恶化，焦虑、抑郁等负面情绪持续存在或加重；（2）运用PSQI评分评定睡眠质量；（3）健康保健行为评分，十分制，得分与健康行为水平成正比。

1.4 统计学分析

SPSS23.0统计学软件，睡眠质量、健康保健行为评分以“ $(\bar{x} \pm s)$ ”表示，“ t ”检验，护理效果以 $[n(\%)]$ 表示，“ χ^2 ”检验， $P < 0.05$ ：差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理效果：观察组比对照组高（ $P < 0.05$ ），见表1。

表1 护理效果 $[n(\%)]$

分组	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	35	20	13	2	33 (94.3)
对照组	35	16	9	10	25 (71.4)
χ^2					6.135
P					< 0.05

2.2 睡眠质量评分：观察组降低程度更高（ $P < 0.05$ ），见表2。

表2 睡眠质量评分 $(\bar{x} \pm s)$

分组	n	觉醒次数(次)		入睡时间(h)		睡眠质量评分(分)	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	5.31±1.35	1.32±0.85	4.20±1.32	0.55±0.41	8.32±1.42	4.29±0.57
对照组	35	5.30±1.41	3.39±1.06	4.19±1.30	1.48±0.60	8.30±1.38	6.02±1.11
t		0.452	9.098	0.105	7.965	0.165	6.322
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.3 健康保健行为评分：观察组升高程度更高（ $P < 0.05$ ），见表3。

表3 健康保健行为评分 $(\bar{x} \pm s, \text{分})$

组别	例数	遵医用药		健康责任		规律运动		合理饮食	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	35	3.11±1.05	6.32±1.65	2.20±1.10	6.17±1.35	2.24±1.11	5.87±1.41	3.25±1.05	6.22±1.37
对照组	35	3.13±0.89	5.05±1.35	2.18±1.20	4.21±1.25	2.25±1.10	4.21±1.30	3.26±1.08	5.02±1.21
t		0.685	8.625	0.365	9.362	0.635	8.024	0.632	5.387
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

在当今医疗领域,随着医学模式的不断转变,护理服务也日益向着更加全面、细致和人性化的方向发展^[3]。银屑病,作为一种顽固且易复发的皮肤病,不仅给患者的身体健康带来困扰,更在心理层面造成了不小的负担。面对这一挑战,传统的常规护理模式已难以满足患者的多元化需求^[4]。因此,探索一种更为高效、全面的护理方式,对于提升银屑病患者的治疗效果和生活质量显得尤为重要。

综合护理,作为一种全面且科学的护理模式,正日益受到医疗界的广泛关注。它不仅仅局限于传统的医疗护理范畴,而是将护理的触角延伸至患者的身心各个方面,力求为患者提供最为贴心、全面的照护^[5]。在综合护理的实践中,护理人员不仅需要掌握扎实的护理知识和技能,还需要具备良好的沟通能力和人文素养。他们需要与患者建立起深厚的信任关系,倾听患者的需求和感受,为患者提供个性化的护理服务。同时,护理人员还需要与医疗团队紧密合作,共同制定和执行护理计划,确保患者得到及时、有效的治疗^[6]。本文通过探究综合护理在银屑病患者中的护理效果,结果显示,观察组护理效果较高,睡眠质量、健康保健行为改善更明显($P < 0.05$)。原因为:综合护理强调团队协作与专业指导。在综合护理模式下多学科团队紧密合作,共同为患者提供全方位的护理服务^[7]。这种团队协作的方式能够确保患者在治疗过程中得到及时、专业、全面的指导和帮助,从而提高护理效果。银屑病作为一种慢性皮肤病,不仅影响患者的外貌,还可能引发自卑、焦虑、抑郁等负面情绪。这些负面情绪在夜晚尤为强烈,容易干扰患者的睡眠^[8]。综合护理注重患者的心理疏导,通过专业的心理咨询、睡眠干预等手段,帮助患者减轻心理负担,养成良好的睡眠习惯,从而改善睡眠质量。同时,综合护理通过专业的健康宣教,使患者更加深入地了解银屑病的病

因、症状等方面的知识。这种知识的普及有助于提升患者对疾病的认知,使其认识到积极采取健康保健行为的重要性。患者了解自己的疾病状况,便能更好地配合治疗,主动参与到健康管理中来。

综上所述,综合护理在银屑病患者中应用的护理效果更高,可以明显改善其睡眠质量,提升健康保健行为。总之,综合护理在银屑病患者中的应用具有重要的临床意义与价值。它打破了传统护理模式的局限,为患者提供了更加全面、细致、个性化的护理服务。未来,期待综合护理能够在银屑病患者护理中得到更广泛的应用与推广,为更多的患者带来福音。也呼吁广大医护人员能够不断探索与创新,为银屑病患者护理贡献更多的智慧与力量。

参考文献

- [1]张宇华,陈丽梅,廖雅琴,等. 分层护理模式在皮肤性病性病患者中的应用[J]. 中国医药科学,2022,12(9):127-130.
- [2]冯全娣. 护理干预在难治性皮肤病患者护理中的价值及满意度研究[J]. 中外医疗,2022,41(6):144-148.
- [3]王勋,刘丽. 皮肤护理软膏和复方曲安奈德乳膏对患者皮炎湿疹类皮肤病的临床效果对比研究[J]. 医学食疗与健康,2021,19(9):48-49.
- [4]金晓玲. 临床护理路径在难治性皮肤病患者护理中的应用价值分析[J]. 母婴世界,2021(9):1.
- [5]姜湾,刘洋,王婉婷,等. 基于激光美容治疗的皮肤病患者行全程护理的效果观察[J]. 科学养生,2021,24(1):200.
- [6]姚艳,霍颖芝,陈晓华. 综合护理用于调Q开关脉冲激光治疗色素性皮肤病中的价值[J]. 实用临床护理学电子杂志,2022,7(15):55-57,34.
- [7]赵桂华,王雁冰. 心理与中医护理干预在过敏性皮肤病中的护理效果分析[J]. 养生大世界,2022(6):302-303.
- [8]刘芝,刘忠艳. 探索舒适护理干预理论在大疱性皮肤病护理中的应用效果评价[J]. 健康女性,2021(22):186.