

冷敷贴联合冰敷在痤疮疤痕点阵铒激光术后创面中的应用效果观察及护理

梁慕兰, 龚业青, 万长兰, 陈凤仪, 王艳芳, 朱慧兰
(广州市皮肤病防治所激光理疗科, 广东广州, 510095)

[摘要] **目的** 探讨冷敷贴联合冰敷在痤疮疤痕点阵铒激光术后创面中的应用效果及总结护理要点。**方法** 选择 80 例面部痤疮疤痕接受点阵铒激光术后的患者, 按随机数字表法将患者分为观察组和对照组, 每组各 40 例。对照组患者术后即刻给予冰垫冰敷面部 30 ~ 40 min, 治疗后 3 d 每天应用冰垫冰敷创面 1 次, 每次 30 ~ 40 min; 观察组患者术后即刻给予冷敷贴联合冰垫冰敷 30 ~ 40 min, 治疗后 3 d 每天应用冷敷贴敷(冰箱冷藏过)敷贴创面, 每次 30 ~ 40 min。比较两组患者术后创面疼痛消退时间及结痂时间。**结果** 两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间比较, 均 $P < 0.05$, 差异具有统计学意义, 观察组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间明显短于对照组。**结论** 冷敷贴联合冰敷可缩短痤疮疤痕点阵铒激光术后患者创面疼痛持续时间及结痂时间, 促进创口恢复。

[关键词] 痤疮疤痕; 点阵铒激光; 冷敷贴; 冰敷

[中图分类号] R473.75 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2016)06-0032-03 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2016.06.009

Application of cold packs associated with ice compress therapy in nursing of surface wound after fractional photothermal therapy on acne scars

Liang Mulan, Gong Yeqing, Wan Changlan, Chen Fengyi, Wang Yanfang, Zhu Huilan//Modern Clinical Nursing, -2016, 15(6):32.

[Abstract] **Objective** To explore the efficacy of cold packs combined with ice compress in treatment of pain after erbium fractional photothermal therapy on acne scars. **Methods** Eighty cases which were confirmed to the criteria were randomized into two groups: treatment group and control group. The treatment group ($n = 40$) treated with cold packs combined with cold icy compress immediately after the surgery for 30 ~ 40 mins. The control group ($n = 40$) was given icy compress therapy immediately after the surgery for 30 ~ 40 mins. The therapy continued for three days after the surgery on the two groups. The self-feeling symptom and pain relieving time were compared between the two groups. **Result** The time for pain relief in the wounds and the time for scabbing were both significantly shorter than those in the control group ($P < 0.01$). **Conclusion** The cold packs combined with ice compress therapy can relieve the pains effectively and it can shorten the recovery time after fractional photothermal therapy.

[Key words] acne scars; fractional photothermal therapy; cold packs; ice compress

痤疮疤痕是寻常痤疮的后遗症, 痤疮疤痕形成是由于炎症恢复过程中的胶原纤维和弹力破坏导致的真皮萎缩^[1]。点阵铒激光是通过皮肤规则性打孔, 使激光穿透表皮作用于皮下纤维组织, 刺激胶原纤维修复和新生来促使出现新的皮肤组织, 修复断裂的纤维而出现的皮肤皱纹^[2]。但激光术后创面的烧灼感、红斑、疼痛、肿胀、色素沉着等不良

反应也给患者造成一定的影响^[3]。因此, 激光美容术后护理对于术后创面修复有着极其重要的作用。冰敷疗法是应用比人体温度低的物理因子刺激机体而达到降温的目的^[4]。但冰敷所用冰垫坚硬且与患者面部接触面积小, 患者感觉不舒适, 为了减轻痤疮疤痕点阵激光术后的不良反应, 增加患者的舒适度, 本科室于 2014 年 8 月~2015 年 6 月应用冷敷膜联合冰敷护理面部痤疮疤痕点阵激光术后的创面, 取得较好的效果, 现将方法及结果报道如下。

[收稿日期] 2016-02-22

[作者简介] 梁慕兰 (1964-), 女, 广东人, 主管护师, 大专, 主要从事皮肤科护理工作。

[11] 贺连香, 李倩, 张京慧, 等. 运用改良赛丁格技术行 PICC 置管的效果观察[J]. 中国现代医学杂志, 2011, 21(33): 4199-4202.

[12] Stokowski G, Steele D, Wilson D. The use of ultrasound to

improve practice and reduce complication rates in peripherally central catheter insertions[J]. J infus Nurs, 2009, 32(3): 145-155.

[本文编辑: 刘晓华]

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2014 年 8 月~2015 年 6 月在本院皮肤激光美容科就诊的面部痤疮疤痕患者 80 例。按随机数字表法将患者分为观察组和对照组,每组各 40 例。①观察组,男 23 例,女 17 例,年龄 16 ~ 40 岁,平均(23.9 ± 4.6)岁。痤疮瘢痕范围 1.3 cm × 2.2 cm ~ 4.8 cm × 10.4 cm,平均(3.4 ± 0.8) cm × (4.9 ± 0.9) cm。②对照组,男 22 例,女 18 例,年龄 19 ~ 41 岁,平均(24.8 ± 4.6)岁。痤疮瘢痕范围 1.2 cm × 2.4 cm ~ 4.5 cm × 10.7 cm,平均(3.5 ± 0.7) cm × (5.1 ± 1.0) cm。排除标准:皮肤有感染,光敏性疾病,疤痕体质,过去面部接受注射填充治疗,怀孕、哺乳期,有严重心、肝、肾疾病的患者。两组患者一般资料比较,均 $P > 0.05$,差异无统计学意义,具有可比性。

1.2 方法

术前患者签署知情同意书,告知每位患者术后可能出现的不良反应,同时对治疗部位进行拍照并存档。所有患者治疗前治疗部位涂擦 5%利多卡因乳膏,并用保鲜膜封包 1 h 后,用清水洗净擦干,外用 0.1%的新洁而灭消毒面部。使用德国生产 MCL30 点阵铒激光皮肤系统(德国 Asclepion 公司),治疗点阵模式,能量密度选择 56 ~ 72 mJ/cm²,光斑大小 4 mm,治疗终点为皮肤轻微发白;治疗过程所有患者均出现灼热、潮红、疼痛不适感。

1.2.1 对照组 患者点阵铒激光术后即刻给予无菌纱布包裹冰垫冰敷面部 30 ~ 40 min,冰敷过程移动冰敷的位置,使激光术后创面都能得到冰敷,治疗后 3 d 每天应用冰垫冰敷创面 1 次,每次 30 ~ 40 min。

1.2.2 观察组 患者点阵铒激光术后采用冷敷贴面膜(由广州市升然医疗器械有限公司生产的冷敷贴面膜)联合冰垫冰敷创面。面部激光术后即刻用预先置于冰箱冷藏过的冷敷贴敷脸 30 ~ 40 min,冷敷贴上面加冰垫冰敷,方法同对照组,治疗后 3 d 每天应用冷敷贴敷(冰箱冷藏过)敷贴创面,每次 30 ~ 40 min。

1.3 疗效判断

术后 1 d ~ 1 周由专人负责电话随访,了解两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间。

1.4 统计学方法

数据应用 SPSS13.0 统计软件包进行统计学分析。两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间比较采用 t 检验。检验水准 $\alpha = 0.05$ 。

2 结果

两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间比较见表 1。由表 1 可见,两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间比较,均 $P < 0.05$,差异具有统计学意义,观察组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间明显短于对照组。

表 1 两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间比较 (h, $\bar{x} \pm s$)

组别	<i>n</i>	创面疼痛消退时间	创面结痂时间
对照组	40	38.7 ± 10.07	39.0 ± 10.8
观察组	40	23.6 ± 7.33	30.4 ± 2.35
<i>t</i>		7.66	5.45
<i>P</i>		< 0.05	< 0.05

3 讨论

3.1 冷敷贴联合冰敷在痤疮疤痕点阵铒激光术后创面中应用效果分析

随着整形美容医疗技术的快速发展,激光手术的应用也越来越广泛,人们也逐渐认识到激光术后护理对美容的重要性^[5]。激光术后护理的目的在于缓解术后症状、抑制炎症反应,有效预防术后并发症,提高治疗效果。在采用激光手术治疗的过程中,人体皮肤的自然结构会受到激光破坏,可引起不同程度的不良反应,如疼痛、水肿、红斑等,严重时还会出现疤痕、色素沉着、感染等并发症^[6]。因此,激光术后创面修复也成为美容中不可缺少的一部分,做好术后护理是手术成功的重要环节。痤疮疤痕点阵铒激光术后症状主要表现为刺痛、烧灼感、胀痛。因此,为减轻术后不良反应,治疗后立即予冰冻面膜或冰垫冷敷治疗区半小时以缓解疼痛及不适感。冰敷可以降低肌张力,降低损伤组织的温度,减慢肌肉内神经传导速度,从而缓解肌肉痉挛,并且能够预防与减少出现肿胀,使疼痛减轻^[7]。但普通冰垫硬度大,接触面积小,治疗效果不理想。

本研究观察组患者术后创面采用冷敷贴联合冰垫冰敷创面,治疗后连续 3 d 敷贴冷敷贴。冷敷贴与面部充分接触,患者感觉舒适。冷敷贴由背衬层、凝胶层、防粘层 3 部分组成,其中凝胶层由矫味剂、甘油、亲水性高分子凝胶组成,其作用机制是通过外敷,借助高分子凝胶的蓄冷作用和水分的挥发,降低局部皮肤温度,使局部毛细血管收缩,减少局部血流,减轻局部充血,降低神经末梢的敏感性,通过降温冷疗,缓解局部皮肤组织的灼热感、肿痛感、瘙痒感和敏感^[8]。研究报道^[8],冷敷贴中的亲水性高分子凝胶所含水分达 60%以上,接近人体细胞所含水份,为创面提供一个最适宜的生长的湿性环境,促进渗出物中活性物质的释放;同时凝胶剂还含有甘油成份,它吸水性能良好,有利于皮肤保湿,促进炎症吸收,加快创面的结痂愈合。因此,面部痤疮疤痕点阵铒激光术后采用冷敷贴联合冰垫冰敷创面,可提高患者术后舒适度,减轻术后对皮肤的热损伤,缩短患者术后疼痛持续时间,对创面起到保湿和减轻症状的作用,从而促进炎症的吸收,加快创面愈合。结果显示,两组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间比较,均 $P < 0.05$,差异具有统计学意义,观察组患者术后创面疼痛消退时间及创面结痂时间明显短于对照组。

3.2 激光术后护理

为了减轻红斑、水肿、渗出及疼痛,激光术后马上进行冰敷创面 30 ~ 40 min,冰敷过程不可摩擦皮肤。治疗区 7 ~ 10 d 不要清洗,禁止使用酒精、碘酒或其他刺激性消毒用品消毒治疗区;禁止搓揉皮肤,治疗区皮肤可根据医嘱外用抗生素软膏,或内服药物,保护伤口,避免感染。激光术后创面结痂后,嘱患者勿自行用手扣掉,要让其自然脱落,否则

会造成新的损伤,容易形成新的色素沉着,影响治疗和美容效果。术后应避免日晒,尤其不能直接日晒,可在医生的指导下使用合适的医学护肤品。饮食尽量少吃辛辣食物,多进食富含维生素 C、维生素 A 食物,如多吃水果和蔬菜,以及含铁、锌等微量元素较多的食品,并注意多喝水,增进皮肤的修复。

4 结论

综上所述,采用冷敷贴联合冰敷处理点阵铒激光术后创面,能减轻术后创面疼痛时间及缩短结痂时间,有效改善术后的不良反应,促进皮肤修复。

参考文献:

- [1] 马瑛,赵晓丽,严晓雪,等. 点阵铒激光治疗面部各种疤痕的疗效及影响因素分析[J]. 中国美容医学,2011,21(9):1546-1548.
- [2] 黄健,左成析,黄进华. 铒激光点阵模式治疗痤疮凹陷性疤痕的临床分析[J]. 医学美学美容,2014(10):94-95.
- [3] 刘刚,严蕾,王芳. 重组人表皮生长因子面膜护理颧部褐青色痣激光术后创面的临床评价[J]. 医学美学美容,2014(10):34-35.
- [4] 丘海燕,余文林,陈葵. 薄形泡沫敷料联合冰敷减轻颜面部整形术后肿胀的效果观察及护理[J]. 现代临床护理,2014,13(12):27-29.
- [5] 刘依琳,谭平,王田田,等. 整形美容行业的历史及发展现状[J]. 中国美容医学,2013,22(10):1127-1129.
- [6] 吕文秀,夏又春. 舒爽修护面膜在激光术后护理中的应用[J]. 中国美容医学,2014,23(14):1214-1215.
- [7] 彭爱萍,陈晓敏. 不同性状的冰用于手部闭合性损伤早期冷疗效果的评价[J]. 国际医药卫生导报,2015,21(10):1458-1459.
- [8] 文献,付丽霞. 水凝胶冷敷贴辅助治疗骨折患者急性期肢体肿胀的效果[J]. 解放军护理杂志,2012,29(7B):25-27.

[本文编辑:刘晓华]

欢迎征订《现代临床护理》杂志!