

# 干眼症患者的眼科个性化护理方案探讨

蔡家卫

(西安交通大学第一附属医院 陕西省 710061)

**【摘要】**目的 分析干眼症患者的眼科个性化护理效果。方法 选取干眼症患者80例为研究对象,随机分组后采取不同护理干预措施,最后比较两组患者泪液分泌量和护理满意度。结果 治疗后泪液分泌量情况两组均明显增加,但是观察组的增加程度明显大于对照组( $P<0.05$ )。观察组护理满意度优于对照组的( $P<0.05$ )。结论 个性化护理干预在干眼症的治疗中具有显著的优势,能够有效改善患者的泪液分泌量,缓解干眼症的症状,还能显著提高患者的护理满意度。

**【关键词】**干眼症;眼科;个性化;护理

Discussion of personalized ophthalmic care plan for patients with dry eye disease

Cai Jiawei

The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Shaanxi Province 710061

**[Abstract]** Objective To analyze the effect of personalized eye care in patients with dry eye disease. Methods 80 patients with dry eye disease were selected, and different nursing interventions were taken after randomization, and the tear secretion and nursing satisfaction were compared between the two groups. Results Tears production increased significantly in both groups, but the increase in the observation group was significantly higher than that in the control group ( $P<0.05$ ). The nursing satisfaction in the observation group was better than that in the control group ( $P<0.05$ ). Conclusion Personalized nursing intervention has significant advantages in the treatment of dry eye, which can effectively improve the tear secretion of patients, relieve the symptoms of dry eye, and significantly improve the nursing satisfaction of patients.

**[Key words]** dry eye; ophthalmology; personalized; nursing

## 引言:

干眼症是一种常见的眼科疾病,其主要表现为眼部干涩、异物感、视力模糊、眼睛疲劳等症状,给患者的日常生活和工作带来了极大的困扰。随着现代社会生活节奏的加快,电子产品的广泛使用,干眼症的发病率呈逐年上升趋势。特别是长时间使用电脑、手机和其他电子设备,眼睛的眨眼频率减少,泪液蒸发增多,导致眼睛的润滑功能受到破坏,从而引发干眼症的症状。眼科护理作为干眼症治疗的重要组成部分,对缓解症状、改善患者的舒适度和护理满意度具有重要意义。近年来,随着个性化护理理念的逐步推广,越来越多的研究者开始关注根据患者的具体需求和病情制定个性化护理方案。通过个性化护理,不仅能够提高患者的治疗依从性,还能有效缓解干眼症症状,促进眼部健康恢复。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取2023年1月-2024年1月我院收治的干眼症患者80例为研究对象,将其随机分为对照组和观察组,每组各有患者40例。纳入标准:符合干眼症诊断标准的患者,且愿意参与本研究并签署知情同意书。患者症状持续时间超过三个月,未接受过相关干眼症治疗,且无严重眼部疾病。排除标准:合并眼部手术史或严重眼病(如角膜溃疡、青光眼等)的患者,患有系统性疾病(如糖尿病、免疫系统疾病等)或正在接受免疫抑制治疗的患者,以及妊娠期或哺乳期女性。两组患者基本资料对比无明显差异(如表1), $P>0.05$ 。

表1 患者基本资料

组别	n	性别(n)		年龄(岁)			病程(月)		
		男性	女性	最小	最大	平均	最小	最大	平均
对照组	40	23	17	24	78	43.34 ± 1.24	6	18	12.02 ± 1.95
观察组	40	22	18	25	77	42.82 ± 1.75	5	17	11.44 ± 1.48
P		>0.05		>0.05			>0.05		

### 1.2 方法

对照组采取基础护理,观察组应用人性化护理,具体如下:

#### (1) 基础护理

基础护理是干眼症患者护理的核心内容,主要包括眼部清洁、眼药水使用指导和日常护理建议等。干眼症患者的眼部护理不仅能够缓解不适症状,还能防止病情的进一步恶化。干眼症患者常常会出现眼睛干涩、眼屎增多等症状,这些症状不仅影响患者的舒适度,还容易引发继发性感染。因

此,护理人员首先会指导患者每天早晚使用生理盐水清洁眼部,去除眼部分泌物,保持眼睑和眼球的清洁,防止结膜炎等眼部并发症的发生<sup>[1]</sup>。同时,护理人员还会建议患者避免用手揉眼,以免引发感染或加重病情。干眼症的治疗常常依赖于人工泪液或其他药物治疗,护理人员会根据医生的处方,向患者详细说明眼药水的正确使用方法,如滴眼药水时的姿势、用药频率及注意事项等。护理人员还会根据患者的症状变化,及时调整用药方案,确保治疗效果的最大化。干眼症患者常常需要避免长时间的近距离用眼、避免空气干燥

的环境等。护理人员会根据患者的实际情况,提出个性化的护理建议,如减少长时间使用电子设备,定时休息,保持室内湿度,佩戴护眼眼镜等。

#### (2) 用药护理

护理人员需要根据患者的病情、年龄、身体状况和药物使用史,详细了解并记录患者的用药需求。在干眼症的治疗过程中,常用的药物包括人工泪液、抗生素眼药水、类固醇眼药水以及免疫抑制剂等。护理人员应向患者详细讲解不同药物的使用方法、剂量、使用频率和可能的不良反应,确保患者能够正确使用药物并避免滥用或漏用。比如,在使用人工泪液时,护理人员要提醒患者保持眼药水的无菌性,避免瓶口接触眼部,以防感染。用药护理不仅仅是指导患者正确使用药物,还需要对患者的用药效果进行监测。护理人员应定期询问患者的用药反应,观察药物的疗效以及是否出现不良反应,如药物过敏、眼睛灼热感等。若患者出现不良反应,护理人员需及时告知医生,根据情况调整用药方案。同时,护理人员还应关注患者的眼部症状变化,如泪液分泌量、眼部不适感等,评估用药效果的持续性和稳定性,并对药物的使用方案做出适时调整<sup>[2]</sup>。

#### (3) 饮食指导

饮食指导是干眼症患者个性化护理方案中的重要环节之一,合理的饮食不仅能帮助缓解干眼症症状,还能对患者的整体健康产生积极影响。干眼症的一个典型表现就是泪液分泌不足,导致眼部干涩、异物感等症状。水分的摄入直接关系到体内水合作用的维持,充足的水分能够改善泪液的质量和分泌量。因此,护理人员会建议患者每天摄取足够的水分,尤其是在干燥季节或长时间处于空调环境中时,水分摄入更应增加。一般建议患者每日饮水量达到 1500-2000 毫升,以帮助眼部维持适当的湿润环境。欧米伽-3 脂肪酸被广泛认为对缓解干眼症症状具有积极作用,尤其是能够改善眼部泪液的分泌功能。研究表明,欧米伽-3 脂肪酸具有抗炎作用,可以减少眼部的炎症反应,从而改善眼睛的润滑状态。护理人员会建议干眼症患者多摄入富含欧米伽-3 脂肪酸的食物,如深海鱼类(如三文鱼、金枪鱼、鲑鱼等)、亚麻籽、核桃等<sup>[3]</sup>。此外,欧米伽-3 脂肪酸的补充也可以通过口服鱼油等保健品来实现,但在使用前应根据医生建议进行选择。维生素 A 和维生素 E 在维持眼睛健康方面具有重要作用。维生素 A 是维护眼部粘膜健康、促进泪液分泌的关键营养素,缺乏维生素 A 可能导致眼睛干涩、视力模糊等症状。富含维生素 A 的食物包括胡萝卜、深绿色蔬菜(如菠菜、甘蓝)、蛋黄和肝脏等。维生素 E 具有抗氧化作用,能够保护眼睛免受自由基的损伤,增强眼部细胞的再生能力。富含维生素 E 的食物包括坚果(如杏仁、腰果)、植物油(如橄榄油、葵花籽油)等。辛辣食物、咖啡因、酒精等刺激性食物可能加重眼部的不适感,导致眼睛干涩等症状更加明显。护理人员会建议患者尽量避免过量摄入这类食物,特别是在干眼症症状较为严重的时期,以减少对眼部的进一步刺激。干眼症患者还应保持均衡的饮食,摄入足够的蛋白质、碳水化合物和其他维生素及矿物质,以确保身体各项机能的正常运作。合理的饮食可以提高身体免疫力,促进伤口愈合,改善眼部的自我修复能力<sup>[4]</sup>。

#### (4) 知识宣教

知识宣教是干眼症患者护理中的重要环节,旨在通过向患者提供专业的健康教育,提高他们对疾病的认知、治疗的

依从性和自我管理的能力。护理人员应详细向患者解释干眼症的发病机制和常见症状,帮助患者认识到干眼症不仅仅是眼睛干涩这么简单,还可能伴随异物感、眼疲劳、视力模糊等症状。通过普及干眼症的常见诱因,如长时间使用电子设备、环境干燥、睡眠不足以及饮食不当等,患者能够更好地理解自己的病情,并对日常生活中的危险因素有所警觉。护理人员可通过发放教育资料、使用图示或多媒体设备进行讲解,使患者对疾病的发生、发展过程有更清晰的认识。干眼症的治疗方法多种多样,包括人工泪液、抗炎药物、免疫调节剂、物理治疗和手术治疗等,护理人员需要根据患者的具体情况,详细讲解每种治疗方法的原理、使用方法和可能的副作用。通过与患者的沟通,护理人员可以帮助患者克服对药物治疗的恐惧或误解,增强其治疗信心,提高药物治疗的依从性。例如,护理人员应向患者介绍如何正确使用眼药水,避免因操作不当而导致感染或药效减弱。同时,护理人员还需指导患者如何通过改变不良生活习惯,如减少电子屏幕使用、保持充足的睡眠、定时休息眼睛等,来辅助治疗。护理人员应教导患者一些简单有效的眼部护理技巧,如使用热敷缓解眼部干涩、定期做眼部按摩、保持眼部清洁等。此外,护理人员还需要向患者强调饮食对干眼症治疗的支持作用,推荐增加富含欧米伽-3 脂肪酸、维生素 A 和 E 的食物,并减少咖啡因、酒精等刺激性食物的摄入。通过改变饮食习惯和生活方式,患者能够在日常生活中积极管理自己的健康,减轻干眼症的症状<sup>[5]</sup>。

#### 1.3 评价指标

比较两组患者泪液分泌量和护理满意度。

#### 1.4 统计学方法

使用统计学工具 SPSS22.0 软件数据库进行统计, $P < 0.05$  表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 泪液分泌量比较

治疗后泪液分泌量情况两组均明显增加,但是观察组的增加程度明显大于对照组( $P < 0.05$ )。见表 2。

表 2 两组治疗前后泪液分泌量比较

组别	例数	治疗前	治疗后
观察组	40	8.57 ± 0.92	15.97 ± 1.28
对照组	40	8.69 ± 0.88	12.56 ± 0.97
t		0.125	2.365
P		> 0.05	< 0.05

### 2.2 护理满意度比较

观察组护理满意度优于对照组的( $P < 0.05$ )。见表 3。

表 3 护理满意度比较

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	40	25	13	2	95%
对照组	40	18	14	8	80%
t					4.2000
P					0.0404

## 3 讨论

要。在这样的环境中,护理人员可以更加努力地工作,不断挖掘和发挥自身的特长,从而提高工作效率。我们应该以宽容和理解的态度对待妇产科护理工作中的失误,通过深入分析、有效教育和良好的工作环境,激发护理人员的工作热情和创造力,使其能够真正服务于产妇和新生儿,为妇产科护理工作的顺利开展贡献自己的力量。

### 3.6 加强对管理人才的培养

柔性管理策略的核心在于精神文明建设,它在妇产科护理管理工作中发挥着举足轻重的作用。为了更有效地实施柔性化管理,我们必须重视柔性管理人才的培养,以全面提升妇产科护理柔性管理的整体水平。在加强精神文明建设的过程中,我们要不断提升护理人员的专业素养和思想道德水平,确保其具备扎实的专业知识和高尚的职业操守。管理人员应紧跟中国特色社会主义的发展步伐,勇于开拓创新,坚持中国特色社会主义道路,与我国建设社会主义精神文明社会的大环境紧密相连。通过精神文明建设,我们可以促使妇产科护理人员不断提升自身的精神文明修养,增强其责任感和使命感,使其更加专注于为产妇和新生儿提供优质的护理服务。同时,这种修养的提升也将有助于其在工作中更加积极主动,为妇产科护理工作的持续发展贡献力量。

### 3.7 优化业务专业水平

在妇产科柔性管理的实践中,我们应充分授权给护理人员,并重视资源的优化配置。当引入新业务、专业知识或新技术时,应积极组织妇产科护理人员进行深入学习和研究,

旨在引领其专业水平实现显著提升。为了真正激发护理人员对专业的热爱与兴趣,我们应持续鼓励其进行学习,不仅限于书本知识,更包括实践操作和案例分析。通过不断的学习,护理人员可以更加深入地理解妇产科护理的精髓,从而在工作中更好地发挥自身特长。此外,柔性管理还强调为护理人员创造一个有利于成长和发展的环境。我们应鼓励其在工作中勇于尝试和创新,不断挑战自我,以实现个人与团队的共同进步。

## 结束语

综上所述,柔性管理理念引领下的妇产科护理工作,对临床护理服务设定了更高标准。我们致力于追求卓越护理品质,尊重每位产妇的个性差异,采取前瞻性护理干预,彰显妇产科护理的人性光辉。从柔性管理出发,加强健康教育,旨在提升产妇的自我保健与管理能力,培养其健康、规律的生活习惯,为安全分娩和产后恢复提供坚实保障。同时,通过传授育婴知识与技能,助力新生儿健康成长,这一举措深受产妇及其家庭的认可与好评。在柔性管理的理念指导下,妇产科护理工作不仅提升了服务质量,更促进了母婴健康,赢得了广泛的社会赞誉,展现了护理工作的深远价值与意义。

## 参考文献:

- [1]钱超彦,谢利娟,单莎莎.柔性管理在妇产科护理工作中的应用效果分析[J].重庆医学,2022,51(S01):363-365.
- [2]陈小萍.柔性管理在妇产科护理管理工作中的应用[J].中国卫生产业,2016,13(23):3.DOI:10.16659/j.cnki.1672-5654.2016.23.173.
- [3]朱立春.浅析人性化护理在妇产科护理中的应用效果观察[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2021(3):2.
- [4]吕雅娟.浅析以人为本理念在妇产科护理管理中的应用效果[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2020.
- [5]范春莉,朱虹."以人为本"理念在妇产科护理管理中的应用效果分析[J].中国卫生产业,2018,15(6):2.DOI:10.16659/j.cnki.1672-5654.2018.06.034.

## 上接第10页

研究表明,干眼症患者在接受治疗后,两组患者的泪液分泌量均有显著增加。然而,观察组的泪液分泌量增加程度明显大于对照组,且差异具有统计学意义( $P<0.05$ )。这一结果表明,个性化护理干预在干眼症的治疗中具有积极效果,能够有效促进泪液分泌的恢复和眼部湿润状态的改善。进一步分析护理满意度,结果显示观察组的护理满意度明显高于对照组( $P<0.05$ )。这表明个性化护理干预不仅能够改善患者的生理症状,还能提升患者的治疗体验和满意度。个

性化护理的实施考虑了患者的具体需求,提供了更加细致和人性化的护理服务,这种全方位的护理支持增强了患者的依从性,提高了他们对护理过程的认可度。

综上所述,本研究表明个性化护理干预在干眼症的治疗中具有显著的优势。通过提供个性化的护理措施,如基础护理、用药指导、饮食建议和心理支持等,不仅能够有效改善患者的泪液分泌量,缓解干眼症的症状,还能显著提高患者的护理满意度。因此,个性化护理应在干眼症的临床治疗中得到广泛应用,以促进患者的全面康复和提高治疗效果。

## 参考文献:

- [1]胡佳,曾穗婷,裴月,何如杰,李家礼.焦点解决心理护理联合热敷按摩对睑板腺功能障碍性干眼症患者的影响[J].中国临床研究,2024,37(10):1587-1592.
- [2]高云倩,刘苗苗,唐浪娟,吴利.干眼症互联网健康教育路径的构建与应用[J].实用临床医学,2024,25(05):81-84.
- [3]杜立卓,严欣,赵琴.加热式干眼雾化联合睑板腺按摩护理在脂质缺乏型干眼症患者中的应用效果[J].临床医药实践,2024,33(09):692-695.
- [4]赵蕊,孙瑞静,张风霞,刘文艺.程序化护理干预对白内障超声乳化术后干眼症患者症状缓解及视力改善的效果[J].山西医药杂志,2024,53(15):1181-1184.
- [5]涂宁,刘芬,熊静,李天健,张蓉.护理干预在干眼症治疗中的应用[J].光明中医,2024,39(02):378-381.