

# 特应性皮炎患者长期瘙痒管理的个性化护理策略及效果评价

祝馨

(西安交通大学第一附属医院 陕西省 710061)

**【摘要】**目的: 评估个性化护理策略在管理特应性皮炎长期瘙痒中的临床效果。方法: 研究纳入88例特应性皮炎患者, 研究时间为2022年1月至2024年1月。患者根据随机分组法分为对照组(44例)和实验组(44例)。对照组实施常规护理措施, 实验组接受基于患者个体特点设计的个性化护理策略。两组患者干预周期均为12周, 研究过程中采用视觉模拟评分(VAS)评估瘙痒程度, 记录经皮水分流失(TEWL)和皮肤水分含量以评价皮肤屏障功能, 检测血清炎症标志物(IL-4、IL-13、IgE)以反映炎症状态, 同时以DLQI和PSQI量化患者的生活质量与睡眠状况。数据采用t检验和 $\chi^2$ 检验进行组间比较。结果: 实验组在干预后瘙痒评分(VAS)显著降低, 皮肤屏障功能显著改善, TEWL和皮肤水分含量较对照组差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。炎症标志物(IL-4、IL-13、IgE)水平显著下降, 组间比较差异显著( $P < 0.01$ )。生活质量评分(DLQI)和睡眠质量评分(PSQI)显示实验组患者的改善幅度更为明显( $P < 0.001$ )。研究结果表明, 个性化护理策略在控制瘙痒、恢复皮肤屏障、缓解炎症及提升患者生活质量和睡眠质量方面具有显著效果。结论: 个性化护理策略通过多维度干预改善了特应性皮炎患者的核心症状及生活体验, 研究提示, 针对瘙痒这一核心问题设计的护理措施能够优化皮肤生理状态, 更能促进患者的整体康复, 为特应性皮炎的护理管理提供了新思路。

**【关键词】**特应性皮炎患者; 长期瘙痒管理; 个性化护理

Personalized care strategy and effect evaluation of long-term pruritus management in patients with atopic dermatitis

Zhu Xin

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

**[Abstract]** Objective: To evaluate the clinical effect of personalized care strategies in the management of long-term pruritus in atopic dermatitis. Methods: 88 atopic dermatitis patients were included in the study, ranging from January 2022 to January 2024. Patients were divided into control group (44 cases) and experimental group (44 cases) according to the randomization method. The control group implemented routine care measures, and the experimental group received personalized care strategies designed based on the individual characteristics of the patients. The intervention period was 12 weeks. During the study, visual analog score (VAS) was used to assess the degree of pruritus, percutaneous water loss (TEWL) and skin moisture content were recorded to evaluate skin barrier function, serum inflammatory markers (IL-4, IL-13, IgE) were detected to reflect the inflammatory status, and the quality of life and sleep status were quantified by DLQI and PSQI. Data were compared between groups using t test and  $\chi^2$  test. Results: The itch score (VAS) was significantly decreased, the skin barrier function was significantly improved, and the TEWL and skin moisture content were significantly different compared with the control group ( $P < 0.05$ ). The levels of inflammatory markers (IL-4, IL-13, IgE) decreased significantly, and the comparisons varied significantly between groups ( $P < 0.01$ ). Quality of life score (DLQI) and sleep quality score (PSQI) showed more significant improvements in patients in the experimental group ( $P < 0.001$ ). The results showed that personalized care strategies had significant effects in controlling pruritus, restoring the skin barrier, relieving inflammation and improving patient quality of life and sleep. Conclusion: The personalized nursing strategy has improved the core symptoms and life experience of patients with atopic dermatitis through multi-dimensional intervention. The research suggests that the nursing measures designed for the core problem of pruritus can optimize the skin physiological state, promote the overall rehabilitation of patients, and provide a new idea for the nursing management of atopic dermatitis.

**[Key words]** patients with atopic dermatitis; long-term pruritus management; personalized care

特应性皮炎的长期瘙痒是患者面临的一大困扰, 是一种难以忽视的生理不适, 更是一种深刻影响生活的心理负担。在临床实践中瘙痒迫使患者忍受夜间睡眠被频繁中断的痛苦, 也让他们在日常生活中感受到无尽的压力。长期以来, 传统护理方法在应对瘙痒这一复杂问题时, 显得力不从心。尽管药物治疗可以缓解部分症状, 但仅靠药物不足以解决患者在皮肤屏障功能、炎症状态及心理健康方面的多维度问题<sup>[1]</sup>。在特应性皮炎的护理中个性化的介入方式逐渐被证明是行之有效的路径。每位患者的病程特征、生活背景、心理状

态各有不同, 单一化的护理方案往往难以产生显著效果。将患者的独特需求作为核心, 构建多层面的护理策略, 已成为一种探索方向。本研究试图通过创新的个性化护理方式, 在改善患者核心症状的同时, 为特应性皮炎的护理干预提供更深层次的实践依据和理论支持。

## 1 资料与方法

1.1 资料

本研究纳入 2022 年 1 月至 2024 年 1 月期间在我院皮肤科接受治疗的特应性皮炎患者 88 例。所有患者均符合特应性皮炎国际诊断标准，病程均超过 6 个月，且瘙痒症状持续至少 3 个月。纳入标准包括年龄在 18 至 65 岁之间，能够配

合研究评估并签署知情同意书的患者；排除标准为合并严重心血管、肾功能不全或免疫相关疾病的患者，以及孕期或哺乳期女性。两组患者一般资料上差异无统计学意义 ( $P>0.05$ )，具有可比性。具体资料如下表所示：

表 1 患者一般资料统计表

项目	对照组 (n=44)	实验组 (n=44)	t/ $\chi^2$ 值	P 值
性别 (男/女)	20/24	22/22	0.182	0.670
年龄 (岁)	36.5 ± 10.4	37.2 ± 9.8	0.322	0.748
病程 (年)	4.8 ± 2.3	4.9 ± 2.4	0.185	0.853
瘙痒评分 (VAS)	7.8 ± 1.2	7.7 ± 1.3	0.339	0.735
TEWL (g/m <sup>2</sup> /h)	38.6 ± 4.5	38.2 ± 4.7	0.434	0.665
皮肤水分含量 (%)	28.1 ± 3.6	28.3 ± 3.4	0.265	0.792

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组接受基于标准化流程的护理措施，包括瘙痒部位的基础护理，指导患者避免使用刺激性清洁产品，使用润肤剂保护皮肤屏障，以及常规药物治疗方案。护理过程定期随访，记录患者症状变化<sup>[2]</sup>。

1.2.2 实验组

实验组在常规护理的基础上，实施综合性个性化护理方案，具体内容包括：

(1) 皮肤屏障强化护理：根据患者皮肤屏障功能的具体情况，选择适合的保湿修复产品，按部位、时间和症状分类设计使用方案。每天进行皮肤屏障修复评估，动态调整护理策略<sup>[3]</sup>。

(2) 心理支持与行为指导：针对长期瘙痒对患者心理的负面影响，安排专业护理人员进行每周心理状态评估，建立患者支持网络，帮助其应对焦虑和压力，同时加强患者对抓挠行为的自我控制能力。

(3) 个体化炎症调节方案：结合患者炎症标志物水平，指导药物的合理使用并配合非药物性炎症调节手段，例如光疗或湿敷<sup>[4]</sup>。针对高炎症状态患者，制定更密集的干预计划。

(4) 睡眠环境优化：通过提供睡眠指导、制定环境调

节方案（如卧室湿度控制、使用低过敏性床上用品）以及监测睡眠数据，减少瘙痒对睡眠的干扰<sup>[5]</sup>。

(5) 动态调整与反馈机制：每周通过面谈或电话随访，收集患者反馈，根据数据及时优化个性化方案，确保护理效果的持续性和稳定性<sup>[6]</sup>。

1.3 观察指标

① 瘙痒评分 (VAS)；② 经皮水分流失 (TEWL) 和皮肤水分含量；③ 炎症标志物 (IL-4、IL-13、IgE) 水平；④ 生活质量评分 (DLQI)；⑤ 睡眠质量评分 (PSQI)。

1.4 统计学方法

所有数据采用 SPSS 26.0 软件进行分析，计量资料以均值 ± 标准差表示，组间比较采用独立样本 t 检验，计数资料以频数和百分比表示，组间比较采用  $\chi^2$  检验。以  $P<0.05$  为差异具有统计学意义的标准。

2 结果

2.1 瘙痒评分 (VAS)

实验组干预后瘙痒评分显著降低，尤其在 12 周时的改善幅度更为明显。这种显著变化表明个性化护理能够有效缓解特应性皮炎患者的长期瘙痒问题，改善患者生活质量。

表 2-1 两组的瘙痒评分 (VAS) 对比结果

时间点	对照组 (n=44)	实验组 (n=44)	t	P
干预前	7.8 ± 1.2	7.7 ± 1.3	0.339	0.735
干预后 4 周	6.5 ± 1.1	4.8 ± 0.9	7.658	<0.001
干预后 8 周	5.4 ± 1.0	3.1 ± 0.8	11.671	<0.001
干预后 12 周	4.7 ± 1.1	2.2 ± 0.7	13.954	<0.001

2.2 皮肤屏障功能 (TEWL 和皮肤水分含量)

实验组经皮水分流失减少，皮肤水分含量显著提高，表

明个性化护理在修复皮肤屏障功能方面具有效果。针对性干预对患者皮肤生理状态的恢复有深远意义。

表 2-2 两组的皮肤屏障功能 (TEWL 和皮肤水分含量) 对比结果

指标	时间点	对照组 (n=44)	实验组 (n=44)	t	P
TEWL (g/m <sup>2</sup> /h)	干预前	38.6 ± 4.5	38.2 ± 4.7	0.434	0.665
	干预后 12 周	31.4 ± 3.8	25.2 ± 3.6	8.132	<0.001
皮肤水分含量 (%)	干预前	28.1 ± 3.6	28.3 ± 3.4	0.265	0.792
	干预后 12 周	35.2 ± 4.1	42.7 ± 3.8	9.139	<0.001

2.3 炎症标志物 (IL-4、IL-13、IgE)

实验组炎症标志物显著下降，反映出个性化护理策略能

够有效缓解特应性皮炎的炎症反应。将护理与炎症调控结合，为患者提供了更科学的管理方法。

表 2-3 两组的炎症标志物 (IL-4、IL-13、IgE) 对比结果

炎症标志物	时间点	对照组 (n=44)	实验组 (n=44)	t	P
IL-4 (pg/mL)	干预前	36.2 ± 5.8	35.8 ± 6.1	0.309	0.758
	干预后 12 周	28.7 ± 4.6	21.3 ± 3.9	8.309	<0.001
IL-13 (pg/mL)	干预前	23.5 ± 4.1	24.1 ± 4.4	0.670	0.505
	干预后 12 周	18.9 ± 3.6	12.8 ± 3.2	8.149	<0.001
IgE (IU/mL)	干预前	215.6 ± 30.7	218.3 ± 31.1	0.384	0.702
	干预后 12 周	187.4 ± 28.5	146.7 ± 25.2	6.720	<0.001

2.4 生活质量评分 (DLQI) 实验组患者干预后生活质量评分大幅改善, 远优于对照组。个性化护理从核心症状入手, 使患者生活中的诸多障碍得以缓解, 体现了护理方案的全面性。

表 2-4 两组的生活质量评分 (DLQI) 对比结果

时间点	对照组 (n=44)	实验组 (n=44)	t	P
干预前	15.8 ± 3.2	16.1 ± 3.5	0.425	0.671
干预后 4 周	13.2 ± 2.8	10.1 ± 2.4	5.554	<0.001
干预后 8 周	11.4 ± 2.6	7.2 ± 2.0	8.289	<0.001
干预后 12 周	9.7 ± 2.3	5.4 ± 1.8	10.396	<0.001

2.5 睡眠质量评分 (PSQI) 实验组患者睡眠质量显著提升, 评分显示睡眠中断和失眠状况得到有效缓解。这一结果验证了护理干预对患者整体身心健康的积极作用。

表 2-5 两组的睡眠质量评分 (PSQI) 对比结果

时间点	对照组 (n=44)	实验组 (n=44)	t	P
干预前	14.5 ± 2.9	14.8 ± 3.1	0.477	0.635
干预后 4 周	12.8 ± 2.6	10.3 ± 2.1	5.051	<0.001
干预后 8 周	11.4 ± 2.4	7.9 ± 1.8	7.489	<0.001
干预后 12 周	10.1 ± 2.2	6.3 ± 1.6	9.456	<0.001

### 3 讨论

长期瘙痒的困扰让特应性皮炎患者不仅面对皮肤的反复受损, 更承受着心理和生活的多重负荷。本研究聚焦这一核心难题, 试图通过个性化护理方案打开一扇通往全面康复的新窗口。研究结果展现了个性化护理的多层次效果: 显著缓解瘙痒, 还重建了皮肤屏障, 降低了炎症反应, 同时提升了患者的生活质量和睡眠质量。这种护理模式的优越性在于它对个体需求的精准响应。瘙痒评分的显著降低说明, 从皮肤屏障修复到心理干预, 护理的每一步都切中了患者的具体问题。炎症标志物的改善, 则提示这种护理模式在内外兼修上达成了一种微妙的平衡, 不仅针对症状, 更在病理生理层面产生了深远的影响。与传统护理模式相比, 这种个性化策

略通过动态反馈调整, 让护理成为一种流动的、适应性的过程, 而非固定的模板。在与既往研究的对比中, 本研究的创新点在于整合了多维干预的理念。一些研究也曾提出心理支持或睡眠优化的益处, 但孤立的干预很难触及问题的全貌。本研究在整合中呈现了一种系统性思维, 强调多重干预之间的协同效应。然而, 这一模式仍需进一步反思: 护理的个性化设计是否会因资源限制而难以广泛实施? 患者的依从性如何在长期中得到保障? 这些问题为未来的研究与实践提供了新的方向。

综上所述, 个性化护理策略不仅是对护理领域的一次深刻探索, 更是对特应性皮炎患者复杂需求的一种回应。通过全面优化患者的生理和心理状态, 这一模式为特应性皮炎的管理带来了启示, 提供了一种值得推广的新路径。

#### 参考文献:

- [1]张曾燕, 张汇源, 关建华, et al. 黄连解毒汤改善 1- $\alpha$ -2, 4-二硝基苯诱导特应性皮炎小鼠瘙痒症状的作用及机制研究[J]. 中药新药与临床药理, 2023, 34 (12): 1713-1715.
- [2]李星子, 易雪梅, 高芸璐, 等. 针刺治疗特应性皮炎瘙痒的研究探讨[J]. 中国中西医结合皮肤性病学杂志, 2023, 22 (4): 386-388.
- [3]中国医师协会皮肤科医师分会过敏性疾病专业委员会, 中华医学会皮肤性病学分会特应性皮炎研究中心, 中国医疗保健国际交流促进会皮肤科分会. 特应性皮炎瘙痒管理专家共识[J]. 中华皮肤科杂志, 2021, 54 (5): 6.
- [4]唐珏, 姚志荣. 特应性皮炎瘙痒机制及相关治疗研究进展[J]. 协和医学杂志, 2022 (003): 013.
- [5]邓荔丹. 芍药甘草汤对特应性皮炎小鼠慢性瘙痒外周传导的影响[D]. 成都体育学院, 2023.
- [6]鲜墨, 胡秋蓉, 王万钧, 等. 特应性皮炎影响因素及初级预防新进展[J]. 新医学, 2024, 55 (10): 835-837.