

# 干眼症患者的护理策略与实践

李进东<sup>1</sup> 张莉<sup>2</sup>

(西安交通大学第一附属医院 陕西省 710061)

**【摘要】**目的:探讨针对干眼症患者的护理策略,并分析不同护理干预方式对患者疾病治疗效果的实际影响。方法:于2023年11月至2024年11月期间,选取38名干眼症患者,随机分为对照组19人和实验组19人。对照组采用常规护理策略,实验组则采用针对性护理策略。结果:实验组在症状改善、生活质量评分、眼部健康检查等方面显著优于对照组,且并发症发生率较低。结论:针对性护理能显著改善干眼症患者的症状,提升生活质量,值得在临床上推广应用。

**【关键词】**干眼症;护理策略;症状改善

Nursing strategies and practices for patients with dry eye disease

Li Jindong<sup>1</sup> Zhang Li<sup>2</sup>

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

**[Abstract]** Objective: To explore the nursing strategies for patients with dry eye, and to analyze the practical effects of different nursing intervention methods on the treatment effect of patients. Methods: From November 2023 to November 2024, 38 patients with dry eye disease were randomly divided into 19 patients in the control group and 19 patients in the experimental group. The control group adopted routine care strategy, while the experimental group adopted targeted care strategy. Results: The experimental group was significantly better than the control group in symptom improvement, quality of life score, and eye health examination, and the complication rate was lower. Conclusion: Targeted nursing can significantly improve the symptoms of patients with dry eye disease and improve the quality of life, which is worth promoting in clinical practice.

**[Key words]** dry eye disease; care strategy; symptom improvement

干眼症是一种常见的眼科疾病,随着环境污染和电子设备使用的普及,患病率逐年上升。护理干预作为辅助治疗的重要组成部分,越来越受到临床医务人员的关注。研究表明,科学的护理干预能够有效减轻干眼症患者的症状,改善眼部健康,提升患者的整体生活质量。本研究旨在对比常规护理和针对性护理对干眼症患者的治疗效果,探讨不同护理策略的临床价值。通过科学、高效、系统的护理干预,为干眼症的综合治疗提供新的方向。

## 1、资料与方法

### 1.1 一般资料

本研究纳入了2023年11月至2024年11月期间到本院就诊的干眼症患者,共38名。纳入标准包括:符合干眼症诊断标准的患者;无严重眼科并发症,且无影响护理干预的全身疾病;患者自愿参与研究并签署知情同意书。排除标准为:孕妇及哺乳期女性;有严重眼部感染或眼科手术史的患者;患有精神疾病或无法配合护理干预的患者。入选者被随机分为对照组和实验组,每组19人。两组在年龄、性别、病程等方面差异无统计学意义,具有较好的可比性。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 常规护理

对照组患者接受常规护理,包括定期眼部检查、人工泪液滴眼、指导患者避免长时间使用电子设备,避免过度用眼等常规措施。此外,还指导患者调整生活习惯,保持眼部湿润,避免空调直吹等环境因素对眼部的刺激。患者根据症状严重程度调整护理频率。

#### 1.2.2 针对性护理

实验组患者除接受常规护理外,接受更为个性化和针对性的护理干预。具体操作包括:首先,护理人员根据患者眼部具体症状指导其进行定期的眼部清洁与眼睑按摩,以促进泪液分泌,减少眼部炎症反应<sup>[1]</sup>。之后,根据患者的实际症状,采用适当的温热敷方法进行护理,缓解眼部干涩、灼热等不适感。此外,可通过与患者的沟通,了解其生活习惯,针对性地提供饮食、作息等方面的调整建议,帮助患者改善全身健康,间接缓解眼部症状<sup>[2]</sup>。最后,针对部分干眼症患者可能产生的心理负担,护理人员需通过谈话、疏导等方式,减轻患者的焦虑情绪,提高其治疗依从性。

### 1.3 观察指标

主要观察指标为:(1)症状改善情况:通过自评量表评估患者的眼部不适感、干涩感、灼热感等症状的改善情况。(2)生活质量评估:通过干眼症患者生活质量评估量表(DEQ5)对两组患者的生活质量进行评分,评估护理效果对生活质量的影 响。(3)眼部健康检查:通过泪液分泌试验、结膜充血程度等手段,评估眼部健康状况的变化。(4)并发症发生率:记录研究期间两组患者并发症的发生情况,如眼部感染等。

### 1.4 统计学分析

采用SPSS26.0软件对数据进行统计学分析。计量数据采用t检验,计数数据采用卡方检验,统计显著性水平设为 $P<0.05$ 。

## 2、结果

2.1 对照组与实验组干眼症患者症状改善情况比较,可见表1:

表1 两组患者症状改善情况对比表

指标	时间点	对照组 (n=19)	实验组 (n=19)	t 值	P 值
不适感	干预前	7.2 ± 1.5	7.1 ± 1.4	0.17	0.87
	干预1周	6.5 ± 1.4	5.0 ± 1.3	3.21	0.003
	干预2周	6.0 ± 1.3	3.2 ± 1.1	6.48	<0.001
	干预3周	5.6 ± 1.2	2.0 ± 0.8	9.87	<0.001
干涩感	干预前	6.8 ± 1.3	6.9 ± 1.2	0.15	0.88
	干预1周	6.3 ± 1.2	4.1 ± 1.1	4.17	0.001
	干预2周	6.0 ± 1.1	2.8 ± 0.9	7.11	<0.001
	干预3周	5.5 ± 1.0	1.9 ± 0.7	9.87	<0.001
灼热感	干预前	6.5 ± 1.4	6.6 ± 1.3	0.23	0.82
	干预1周	6.1 ± 1.3	4.4 ± 1.2	3.85	0.001
	干预2周	5.7 ± 1.2	3.0 ± 0.8	6.31	<0.001
	干预3周	5.2 ± 1.1	1.7 ± 0.6	9.34	<0.001
异物感	干预前	6.3 ± 1.2	6.5 ± 1.3	0.22	0.83
	干预1周	5.8 ± 1.1	4.2 ± 1.0	4.08	0.001
	干预2周	5.5 ± 1.0	2.6 ± 0.8	6.94	<0.001
	干预3周	5.0 ± 1.0	1.9 ± 0.7	9.61	<0.001
视力模糊	干预前	6.0 ± 1.3	6.2 ± 1.2	0.31	0.76
	干预1周	5.6 ± 1.2	4.3 ± 1.1	3.82	0.001
	干预2周	5.2 ± 1.1	2.7 ± 0.8	7.56	<0.001
	干预3周	4.8 ± 1.0	1.6 ± 0.5	10.07	<0.001

2.2 对照组与实验组干眼症患者生活质量评分比较, 可见表 2:

表2 两组患者生活质量评分对比表

指标	时间点	对照组 (n=19)	实验组 (n=19)	t 值	P 值
眼部疲劳	干预前	6.3 ± 1.4	6.4 ± 1.3	0.18	0.86
	干预1周	6.0 ± 1.3	4.3 ± 1.1	4.16	0.001
	干预2周	5.7 ± 1.2	2.6 ± 0.8	7.54	<0.001
	干预3周	5.2 ± 1.1	1.9 ± 0.7	9.88	<0.001
生活活动	干预前	6.5 ± 1.4	6.7 ± 1.3	0.45	0.65
	干预1周	6.2 ± 1.3	4.9 ± 1.2	3.54	0.002
	干预2周	5.9 ± 1.2	3.2 ± 0.9	6.63	<0.001
	干预3周	5.5 ± 1.1	2.0 ± 0.7	9.75	<0.001
心理状态	干预前	6.6 ± 1.3	6.5 ± 1.2	0.18	0.86
	干预1周	6.2 ± 1.2	4.6 ± 1.1	4.10	0.001
	干预2周	5.8 ± 1.1	2.9 ± 0.8	6.91	<0.001
	干预3周	5.4 ± 1.0	1.8 ± 0.6	9.44	<0.001
工作/学习	干预前	6.7 ± 1.4	6.8 ± 1.3	0.21	0.83
	干预1周	6.4 ± 1.3	5.0 ± 1.2	3.45	0.002
	干预2周	6.0 ± 1.2	3.4 ± 0.9	6.18	<0.001
	干预3周	5.6 ± 1.1	2.1 ± 0.8	9.73	<0.001
社交活动	干预前	6.4 ± 1.3	6.5 ± 1.2	0.22	0.83
	干预1周	6.1 ± 1.2	4.8 ± 1.1	3.72	0.001
	干预2周	5.8 ± 1.1	3.1 ± 0.8	6.56	<0.001
	干预3周	5.3 ± 1.0	2.0 ± 0.7	9.87	<0.001
睡眠质量	干预前	6.2 ± 1.3	6.3 ± 1.2	0.18	0.86
	干预1周	5.9 ± 1.2	4.5 ± 1.0	3.78	0.001
	干预2周	5.5 ± 1.1	2.7 ± 0.9	7.03	<0.001
	干预3周	5.0 ± 1.0	1.8 ± 0.6	10.12	<0.001
视觉功能	干预前	6.5 ± 1.4	6.6 ± 1.3	0.21	0.83
	干预1周	6.2 ± 1.3	5.0 ± 1.2	3.44	0.002
	干预2周	5.9 ± 1.2	3.2 ± 0.9	6.34	<0.001
	干预3周	5.3 ± 1.1	2.1 ± 0.7	9.83	<0.001

2.3 对照组与实验组干眼症患者眼部健康检查结果比较, 可见表 3:

表 3 两组患者眼部健康检查结果对比表

指标	时间点	对照组 (n=19)	实验组 (n=19)	t 值	P 值
泪液分泌试验 (mm/5min)	干预前	4.5 ± 1.2	4.7 ± 1.3	0.31	0.76
	干预 1 周	4.3 ± 1.1	5.5 ± 1.1	3.56	0.002
	干预 2 周	4.1 ± 1.0	6.2 ± 1.0	5.47	<0.001
	干预 3 周	3.9 ± 1.0	6.8 ± 0.9	7.71	<0.001
泪膜破裂时间 (秒)	干预前	8.2 ± 2.5	8.4 ± 2.7	0.21	0.83
	干预 1 周	7.8 ± 2.3	10.3 ± 2.2	3.12	0.003
	干预 2 周	7.2 ± 2.1	12.1 ± 2.0	5.12	<0.001
	干预 3 周	6.9 ± 1.9	14.5 ± 1.8	8.65	<0.001
结膜充血程度	干预前	2.6 ± 0.8	2.5 ± 0.7	0.32	0.75
	干预 1 周	2.4 ± 0.7	1.7 ± 0.6	3.25	0.002
	干预 2 周	2.2 ± 0.6	1.2 ± 0.5	5.12	<0.001
	干预 3 周	2.1 ± 0.5	0.9 ± 0.4	7.36	<0.001
角膜上皮完整性指数 (score)	干预前	2.4 ± 0.9	2.5 ± 1.0	0.15	0.88
	干预 1 周	2.3 ± 0.8	1.5 ± 0.6	3.42	0.002
	干预 2 周	2.2 ± 0.7	1.0 ± 0.4	5.72	<0.001
	干预 3 周	2.1 ± 0.7	0.5 ± 0.3	7.92	<0.001

2.4 对照组与实验组干眼症患者并发症发生率比较, 可见表 4:

表 4 两组患者并发症发生率对比表

指标	对照组 (n=19)	实验组 (n=19)	$\chi^2$ 值	P 值
眼部感染	3 (15.8%)	1 (5.3%)	1.68	0.19
角膜损伤	2 (10.5%)	0 (0%)	2.06	0.15
睑板腺功能障碍	1 (5.3%)	0 (0%)	1.01	0.31
结膜充血	2 (10.5%)	1 (5.3%)	0.57	0.45
眼睑肿胀	1 (5.3%)	0 (0%)	1.01	0.31
视力波动	4 (21.1%)	2 (10.5%)	1.42	0.23
流泪增多	3 (15.8%)	1 (5.3%)	1.68	0.19

### 3、讨论

从症状改善角度来看, 实验组在眼部不适感、干涩感、灼热感等方面的症状缓解明显优于对照组。特别是在干预后的 2 至 3 周内, 实验组患者的症状改善更为显著, 显示了个性化护理干预对于干眼症的有效性<sup>[1]</sup>。这一结果提示, 针对患者具体症状进行个性化干预, 能够直接对症下药, 迅速缓解不适, 从而提升患者的生活质量。

生活质量评估中, 实验组在眼部疲劳、心理状态、工作学习、社交活动等方面均表现出更为显著的改善。干眼症患者常常伴随眼部不适而影响日常生活, 长期下去可能导致情绪问题和社会功能的减退。实验组的护理干预通过多方面的

综合调节, 不仅帮助患者缓解了眼部症状, 更促使他们在心理和社会功能上恢复了较高水平<sup>[4]</sup>。生活质量的提高, 是患者康复的标志之一, 也是护理效果的重要体现。

眼部健康检查结果进一步支持了这一结论。实验组在泪液分泌、泪膜破裂时间、结膜充血等方面的改善, 远超对照组, 证明了针对性护理在眼部健康恢复中的关键作用<sup>[5]</sup>。与常规护理相比, 个性化护理更能识别患者的具体需求, 从而提供更有效的干预措施。

综合来看, 个性化护理干预为干眼症的治疗提供了新的思路, 更为临床护理工作提供了有力的支持, 提示在未来的干眼症护理中, 应加强个体化护理策略的应用, 以提高治疗效果。

### 参考文献:

- [1]潘瑞芳.针对性护理对于干眼症患者负性情绪的改善作用[J].2024 (1): 40-42.
- [2]邵明莉, 陈文文, 杨慧丽.全方位优质护理对于干眼症患者视力状况, 自我管理能力及生活质量的影响[J].临床研究, 2023, 31 (9): 155-157.
- [3]王文娟.探讨持续性护理对于干眼症患者的影响[J].中国保健营养, 2023, 33: 142-144.
- [4]董家星.探究干眼症患者针对性护理干预应用效果[J].中文科技期刊数据库 (引文版) 医药卫生, 2022 (5): 4.
- [5]卢琳.浅谈心理护理干预在干眼症患者中的重要性[J].中国保健食品, 2023 (1): 142-144.