

激光美容术中患者疼痛管理的护理策略分析

孟盼盼

(解放军第九六〇医院 山东济南 250031)

【摘要】目的：探究激光美容术中有效的患者疼痛管理护理策略，评估其对患者疼痛程度、焦虑情绪及治疗配合度的影响，为优化激光美容护理方案提供科学依据。方法：于2024年1月至2025年1月，在我院美容科选取100例接受激光美容治疗的患者，运用随机分组法将其均匀分为对照组和实验组，每组各50例。对照组采用常规护理模式，实验组在常规护理基础上，实施综合疼痛管理护理策略。结果：实验组患者术中VAS评分(3.2 ± 0.8)显著低于对照组(5.8 ± 1.2)($P < 0.05$)；SAS评分(42.5 ± 5.6)明显低于对照组(55.3 ± 6.8)($P < 0.05$)；治疗配合度达96%，显著高于对照组的78%($P < 0.05$)。结论：综合疼痛管理护理策略能够有效减轻激光美容术中患者的疼痛程度，缓解焦虑情绪，提高治疗配合度，对提升激光美容治疗效果和患者满意度具有重要意义，值得在临床推广应用。

【关键词】激光美容；疼痛管理；护理策略；视觉模拟评分；焦虑情绪

Analysis of nursing strategies for pain management in patients undergoing laser cosmetic surgery

Meng Panpan

(PLA Hospital 960, Jinan, Shandong 250031)

[Abstract] Objective: To explore effective patient pain management and nursing strategies in laser beauty surgery, evaluate their impact on patient pain level, anxiety, and treatment compliance, and provide scientific basis for optimizing laser beauty nursing plans. Method: From January 2024 to January 2025, 100 patients who received laser cosmetic treatment in our beauty department were selected and randomly divided into a control group and an experimental group, with 50 patients in each group. The control group received routine nursing care, while the experimental group implemented comprehensive pain management nursing strategies on the basis of routine nursing. Result: The VAS score of the experimental group patients during surgery(3.2 ± 0.8) was significantly lower than that of the control group(5.8 ± 1.2)($P < 0.05$); The SAS score(42.5 ± 5.6) was significantly lower than that of the control group(55.3 ± 6.8)($P < 0.05$); The treatment compliance rate reached 96%, significantly higher than the control group's 78% ($P < 0.05$). Conclusion: The comprehensive pain management nursing strategy can effectively reduce the pain level of patients during laser beauty surgery, alleviate anxiety, improve treatment compliance, and is of great significance for improving the effectiveness of laser beauty treatment and patient satisfaction. It is worth promoting and applying in clinical practice.

[Key words] laser beauty; Pain management; Nursing strategy; Visual simulation rating; anxiety

引言

近年来，随着人们对美的追求不断提升，激光美容技术因其具有精准、微创、恢复快等优势，在临床中得到广泛应用，涵盖皮肤色素沉着、皱纹改善、瘢痕修复等多个领域。然而，激光治疗过程中产生的疼痛，常使患者出现焦虑、恐惧等不良情绪，不仅降低了患者的治疗体验，还可能影响治疗的顺利进行及最终效果。有研究表明，疼痛引起的应激反应可能导致皮肤血管收缩，影响激光能量的吸收和分布，进而降低治疗效果^[1]；同时，患者因疼痛抗拒治疗操作，易造成治疗区域遗漏或能量不均匀，增加并发症发生风险。传统的激光美容护理往往侧重于操作规范和术后护理，对术中疼痛管理缺乏系统、有效的策略。因此，探索科学合理的疼痛管理护理策略，成为提升激光美容治疗质量和患者满意度的

关键。本研究旨在通过对比常规护理与综合疼痛管理护理策略的应用效果，为激光美容术中患者疼痛管理提供新的思路和方法。

一、研究资料与方法

(一) 一般资料

在2024年1月至2025年1月这段为期一年的时间里，于我院美容科通过严格的纳入与排除标准，精心选取了100例接受激光美容治疗的患者，作为本次深入研究的对象。纳入标准为：年龄在18-60岁之间；首次接受激光美容治疗；自愿参与本研究并签署知情同意书；无严重心、肝、肾等重要脏器功能障碍；无精神疾病或认知障碍。排除标准为：对麻醉药物过敏；近期服用影响疼痛感知的药物（如镇痛药、



镇静药等);皮肤存在感染、破损等不适合激光治疗的情况;中途退出研究。为确保研究结果的科学性与可靠性,运用专业且随机的分组方式,将这 100 例患者均匀地分为对照组和实验组,每组各有 50 例患者。在对照组的 50 例患者中,男性患者数量为 12 例,占比 24%,女性患者为 38 例,占比 76%。从年龄分布来看,年龄跨度处于 19-58 岁之间,经计算得出该组患者的平均年龄为 (35.2 ± 7.6) 岁。反观实验组的 50 例患者,男性患者为 14 例,占比 28%,女性患者是 36 例,占比 72%。年龄范围在 20-59 岁之间,平均年龄为 (36.1 ± 8.2) 岁。随后,对两组患者在性别构成、年龄均值等一般资料方面,运用专业的统计学方法进行详细分析。结果显示,各项数据的 P 值均大于 0.05,这充分表明两组患者在这些关键的一般资料维度上,差异并无统计学意义,具备高度的可比性,能够为后续研究不同护理策略的效果奠定坚实基础。

(二) 实验方法

对照组患者接受常规护理,具体内容如下:术前向患者介绍激光美容的基本原理、治疗流程及注意事项;术中协助医生完成操作,密切观察患者生命体征;术后告知患者伤口护理方法、饮食禁忌及复诊时间等。

实验组患者在常规护理基础上,实施综合疼痛管理护理策略,具体措施如下:1.术前心理干预与疼痛教育:在患者术前 1-2 天,安排专业护理人员与患者进行一对一沟通,了解患者对激光美容治疗的认知和心理状态,针对患者的担忧和恐惧进行心理疏导。同时,采用图文资料、视频演示等方式,向患者详细讲解激光治疗过程中疼痛产生的原因、疼痛程度及持续时间,告知患者有效的疼痛应对方法,如放松技巧、转移注意力的方式等,帮助患者建立正确的疼痛预期,减轻焦虑和恐惧情绪。2.术中多模式镇痛:在激光治疗前 30-60 分钟,将复方利多卡因乳膏均匀涂抹于治疗区域,厚度约 1-2mm,并用保鲜膜覆盖,以增强麻醉效果。在治疗过程中,为患者播放舒缓、柔和的音乐,如古典音乐、自然音效等,音量控制在 40-50 分贝,让患者根据个人喜好选择音乐类型,通过音乐的舒缓作用分散患者注意力,缓解疼痛感知。指导患者进行深呼吸训练,让患者缓慢吸气 4-5 秒,使腹部充分隆起,然后缓慢呼气 6-7 秒,将气体完全呼出,重复此过程,每分钟呼吸频率保持在 8-10 次。在激光治疗每个脉冲间隙,提醒患者进行呼吸放松,帮助患者放松身心,减轻疼痛。3.术后个性化疼痛评估与处理:治疗结束后,采用视觉模拟评分法(VAS)及时评估患者的疼痛程度。对于 VAS 评分 ≤ 3 分的患者,给予心理安慰和鼓励,并告知患者疼痛属于正常现象,会逐渐缓解;对于 VAS 评分在 4-6 分的患者,指导患者采用冷敷、听音乐等方式缓解疼痛,必要时遵医嘱给予口服非甾体类抗炎药;对于 VAS 评分 ≥ 7 分的患者,及时通知医生,根据患者情况采取进一步的镇痛措施,如局部注射镇痛药物等。

(三) 观察指标

1.术中疼痛程度:采用视觉模拟评分法(VAS)进行评估。在激光治疗过程中,让患者根据自身疼痛感受在标尺上标记相应位置,护理人员记录具体分数^[2]。

2.焦虑水平:运用焦虑自评量表(SAS)评估患者的焦虑情绪。标准分越高,表明焦虑程度越严重。在术前 1 天和术后当天分别对患者进行 SAS 评分。

3.治疗配合度:通过观察患者在治疗过程中的表现,如是否主动配合调整体位、能否耐受治疗时间、是否抗拒操作等,将治疗配合度分为三个等级:完全配合(积极配合治疗,无抗拒行为)、部分配合(偶尔出现紧张、抗拒,但经安抚后能继续配合治疗)、不配合(频繁抗拒操作,无法完成治疗)。治疗配合度=(完全配合例数+部分配合例数)/总例数 $\times 100\%$ 。

(四) 研究计数统计

用 SPSS 22.0 这个专门统计数据的软件来分析。数据是具体数值,就用平均数再加上或者减去标准差的方式,写成 $(\bar{x} \pm s)$ 形式。想要得知两组这种数据有没有差别,就用 t 检验和 χ^2 检验来分析。如果 P 这个数值小于 0.05,那就说明这两组数据的差别是有意义的。

二、结果

(一) 术中疼痛程度

表 1 两组患者术中 VAS 评分比较

指标	对照组	实验组	p 值
VAS 评分	(5.8 ± 1.2)	(3.2 ± 0.8)	$P<0.05$

从表 1 数据可知,实验组患者术中 VAS 平均评分为 (3.2 ± 0.8) 分,显著低于对照组的 (5.8 ± 1.2) 分。经 t 检验分析, P 值小于 0.05,表明两组在术中疼痛程度上存在显著差异,说明综合疼痛管理护理策略能够有效减轻患者在激光美容术中的疼痛感受。

(二) 焦虑水平

表 2 两组患者术后 SAS 评分比较

指标	对照组	实验组	p 值
SAS 评分	(55.3 ± 6.8)	(42.5 ± 5.6)	$P<0.05$

由表 2 可见,实验组患者术后 SAS 平均评分为 (42.5 ± 5.6) 分,明显低于对照组的 (55.3 ± 6.8) 分。经 t 检验, P 值小于 0.05,这充分说明实验组患者的焦虑程度显著低于对照组,即综合疼痛管理护理策略在缓解患者焦虑情绪方面具有显著效果。

(三) 治疗配合度

表 3 两组患者治疗配合度比较

指标	对照组	实验组	p 值
治疗配合度	78% (39/50)	96% (48/50)	$P<0.05$

从表 3 数据可以看出,实验组患者的治疗配合度为 96%

(48/50), 显著高于对照组的 78% (39/50)。经 χ^2 检验, P 值小于 0.05, 这表明综合疼痛管理护理策略能够有效提高患者在激光美容治疗过程中的配合度, 保障治疗的顺利进行。

三、讨论

本研究结果显示, 在激光美容术中实施综合疼痛管理护理策略, 能够显著降低患者的疼痛程度、缓解焦虑情绪并提高治疗配合度, 这一结论具有重要的临床指导意义与理论价值。从疼痛管理角度来看, 实验组采用的多模式镇痛方法发挥了协同效应。术前的心理干预与疼痛教育通过帮助患者建立正确的疼痛预期, 改变了患者对疼痛的认知评价。心理学研究表明, 个体对疼痛的主观感受不仅取决于生理刺激强度, 还受心理因素影响, 当患者对治疗过程有充分了解并掌握应对方法时, 其疼痛耐受能力会显著提高。术中复方利多卡因乳膏的表面麻醉直接作用于皮肤神经末梢, 阻滞神经冲动传导, 降低了疼痛信号的产生; 音乐疗法与呼吸放松训练则从心理和生理层面协同调节, 音乐的舒缓旋律通过听觉系统激活大脑边缘系统, 调节神经内分泌功能, 减少应激激素分泌, 同时分散患者注意力, 使其对疼痛的关注度降低; 呼吸放松训练通过调节自主神经系统, 使交感神经兴奋性下降, 副交感神经活动增强, 促进机体放松, 缓解肌肉紧张, 从而减轻疼痛感知。这多种镇痛方式相互配合, 从生理和心理双重途径阻断疼痛传导, 有效降低了患者术中的疼痛评分^[3]。

在缓解焦虑情绪方面, 综合疼痛管理护理策略同样成效显著。焦虑情绪与疼痛感知存在双向影响, 焦虑会增强疼痛敏感性, 而疼痛又会加重焦虑程度。术前的心理疏导和疼痛教育, 通过消除患者的未知恐惧和错误认知, 从源头上缓解焦虑; 术中的音乐疗法和呼吸放松训练营造了舒适的治疗氛围, 使患者身心得到放松, 进一步减轻焦虑; 术后个性化的疼痛评估与处理, 让患者感受到医护人员的关注和专业支持, 增强了其治疗信心, 有效抑制了焦虑情绪的产生和发展。这与已有研究中多模式干预对缓解医疗操作中患者焦虑情绪的结论一致, 进一步证实了综合护理策略在心理干预方面的有效性。

参考文献:

- [1]杨蓉, 蒋帅, 卢剑. 皮肤激光美容术后患者的防晒护理方法及其应用效果探析[J]. 医学美学美容, 2020, 029 (024): 34-35.
- [2]郭晓娜. 86 例皮肤激光美容术后患者的防晒护理效果分析[J]. 中国医疗美容, 2016, 6 (10): 2.
- [3]马红艳, 杨洪, 普雄明. 防晒护理在皮肤激光美容术后护理中的应用效果[J]. 中国医疗美容, 2017, 7 (4): 3.
- [4]刘凤云, 刘艳. 防晒护理联合心理指导在激光美容手术患者中的应用效果[J]. 2024.

治疗配合度的提升则是疼痛减轻和焦虑缓解的直接结果。当患者在治疗过程中感受到的疼痛降低、心理状态稳定时, 更愿意主动配合治疗操作。激光美容治疗的精准性和有效性依赖于患者的良好配合, 如保持正确体位、确保治疗时间等, 实验组较高的治疗配合度能够保障激光能量准确、均匀地作用于治疗区域, 减少因患者抗拒导致的治疗偏差, 从而提高治疗效果, 降低并发症发生风险。

与传统的单一护理模式相比, 本研究中的综合疼痛管理护理策略体现出明显优势。传统护理往往仅注重操作规范和基础护理, 对患者的心理需求和疼痛管理重视不足, 导致患者在治疗过程中承受较大痛苦, 影响治疗体验和效果。而综合护理策略以患者为中心, 从生理、心理等多维度进行干预, 构建了全面、系统的疼痛管理体系, 更符合现代医学模式的转变和患者对优质医疗服务的需求^[4]。

然而, 本研究也存在一定局限性。样本仅来源于单一医院美容科, 样本量相对较小, 可能存在选择偏倚, 研究结果的普适性有待进一步验证; 研究未对不同类型的激光美容治疗 (如剥脱性激光、非剥脱性激光) 进行分层分析, 不同激光类型产生的疼痛程度和机制存在差异, 可能影响护理策略的效果; 此外, 未长期随访患者的疼痛缓解情况和治疗效果, 无法全面评估护理策略的远期影响。未来研究可扩大样本量, 开展多中心研究, 针对不同激光治疗类型优化护理方案, 并进行长期随访观察, 为激光美容术中患者疼痛管理提供更完善的理论依据和实践指导。

四、结论

综上所述, 综合疼痛管理护理策略应用于激光美容术中, 能够显著减轻患者的疼痛程度, 有效缓解焦虑情绪, 提高治疗配合度, 对提升激光美容治疗质量和患者满意度具有重要价值。该护理策略具有较强的实用性和可操作性, 值得在临床实践中广泛应用。在推广过程中, 应根据患者个体差异进一步优化干预措施, 加强护理人员相关知识和技能的培训, 以确保疼痛管理护理策略的有效实施, 为患者提供更优质的激光美容护理服务。