

应用皮肤美容护理与外用药物联合治疗寻常痤疮的有效性分析

王玲玉

(西安交通大学第一附属医院 陕西西安 710061)

【摘要】目的:探讨和分析皮肤美容护理与外用药物联合治疗寻常痤疮的效果。方法:选取以80例寻常痤疮患者展开研究,将其随机分为两组,参考组采用常规外用药物治疗,研究组联合使用皮肤美容护理;对比治疗效果。结果:研究组的总有效率和治疗满意度均更高,治疗后的负面心理评分更低,首次换药疼痛评分更低, $P < 0.05$ 。结论:在以外用药物治疗寻常痤疮病人的过程中,为病人提供皮肤美容护理,能够更加有效的改善患者的不良情绪,减少治疗中的不良反应,获得更好的治疗效果,也能够患者获得更高的满意度。

【关键词】美容护理;外用药物;寻常痤疮

Analysis of the effectiveness of combining cosmetic skin care and topical drugs in the treatment of acne vulgaris

Wang Lingyu

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

[Abstract] Objective: To explore and analyze the effect of skin treatment and topical drugs on acne vulgaris. Methods: 80 patients with acne vulgaris were selected for the study and were randomly divided into two groups. The reference group used conventional topical drugs, and the study group used skin beauty care; compare the treatment effect. Results: Higher overall response rate and treatment satisfaction, lower negative psychological scores, and lower first dressing change pain scores, $P < 0.05$. Conclusion: In the process of treating patients with acne vulgaris with external drugs, providing skin beauty care for patients can more effectively improve patients' bad mood, reduce adverse reactions in treatment, obtain better treatment effect, and also obtain higher satisfaction for patients.

[Key words] Beauty care; topical medicine; acne vulgaris

引言:

当今社会,外表美丽和健康的皮肤成为人们追求的目标之一。然而,寻常痤疮作为一种常见的皮肤问题,常常影响着许多人的自信心和外貌形象。寻常痤疮,是一种常见的皮肤问题,主要发生在青春期,但也可能在成年时期出现。它是一种由多种因素引起的慢性皮肤疾病,其中包括毛囊和皮脂腺的过度活跃,皮脂分泌过多,角质堵塞毛孔,细菌感染等^[1]。这些因素导致毛孔周围的皮肤发炎,形成痤疮病变,包括粉刺、丘疹、脓疱等。寻常痤疮不仅仅是一个外在的皮肤问题,它还可能对个人的外貌和心理造成显著的影响。青春期本就是一个身体和心理变化都较大的时期,而痤疮的出现可能使这一时期的青少年更加困扰。外貌上的不满和自我意识的增强可能导致自尊心的下降,社交活动的减少,甚至出现情绪问题,如焦虑和抑郁。青春痘所带来的痛苦不仅仅是表面上的,它可能影响到个人的整体幸福感和生活质量^[2]。社会对美的标准也可能加大了寻常痤疮对个人的影响。媒体、广告和社交网络普遍宣扬着光滑、无瑕的皮肤,这让那些受到痤疮困扰的人感到更加自卑和焦虑。因此,理解寻常痤疮对个人外貌和心理的影响,以及采取措施来减轻这种影响变得尤为重要。从当前临床上对于寻常痤疮的治疗情况来

看,外用药物是治疗轻度至中度痤疮的常见方法^[3]。其中,局部抗生素和抗炎药物被广泛使用。这些药物可以减轻皮肤炎症,控制细菌感染,从而减少痤疮病变。除了药物治疗以外,还有包括物理治疗、手术治疗等多种方法^[4]。不同治疗方法的效果也不完全相同。我院近年来在为患者采用外用药物治疗的同时联合使用了皮肤美容护理,获得了不错的效果。现就此做如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

以2021年10月到2022年9月间我院的80例寻常痤疮病人展开研究。随机将其分为两组。参考组中患者年龄介于18岁到38岁,均值(22.96 ± 7.35)岁;其中男女各有14例和26例;患者的病程在5个月到36个月之间,均值(23.53 ± 11.53)个月。研究组中患者年龄介于18岁到39岁,均值(23.16 ± 7.66)岁;其中男女各有13例和27例;患者的病程在6个月到39个月之间,均值(24.27 ± 11.77)个月。基线资料两组无显著差异, $P > 0.05$ 。

1.2 纳入标准

全部纳入研究的患者,均经过检查确诊为寻常措施,且

依据 Pillsbury 法进行评估后表明,均为中毒寻常痤疮。同时全部患者在参与本研究前一个月内,为使用过可能对本研究结果有所影响的其他治疗方法和药物。

对于有下列条件的患者,本研究予以排除,一是妊娠期哺乳期女性,以及在未来半年内计划妊娠的女性;二是对有其他皮肤性疾病的患者予以排除;三是有精神类疾病,严重心理问题,不能正常沟通交流的患者予以排除。

1.3 方法

两组患者均接受外用药物治疗,具体治疗方法如下:首先使用痤疮清洁乳,对痤疮范围内的皮肤进行全面的清洁,然后通过例子喷雾机,对患处皮肤进行蒸汽喷雾治疗,每次治疗的时间控制在 3 到 5min。将痤疮挑破以后,将其中的脓液、皮脂等予以排除后,再对患处实施有效消毒,并以复发庆大霉素实施超声导入治疗三分钟。之后对痤疮区域皮肤均匀敷上底霜和面膜,保持半个小时。最后将面膜取出以后,再对皮肤实施全面清洗,以润肤霜、复方庆大霉素对患处实施超神导入。此外,每天睡觉前在患处皮肤涂抹邦力痤疮软膏。

参考组患者仅接受上述治疗,研究组患者同时联合使用皮肤美容护理,其内容包括如下几方面。

(1) 心理干预。痤疮不仅仅是皮肤上的问题,它还可能对个人的心理健康造成严重影响。所以在皮肤美容护理过程中,为患者提供有效的心理干预非常重要。通过与患者的沟通交流,向患者介绍痤疮的相关知识,帮助患者端正对疾病的认识,形成正确的治疗心态;同时引导患者吐露心声,对患者的负面心理给予有效的抚慰和鼓励。引导患者培养积极的自我对话,例如当他们发现自己对外貌产生负面评价时,可以停下来,想想自己的优点和成就,以平衡负面情绪。教授减压技巧,如深呼吸、冥想等,帮助减少情绪压力对皮肤的不良影响。协助患者制定每天的自我关怀日程,包括参与喜爱的活动、锻炼身体、和朋友聚会等。这有助于提升情绪,减轻对痤疮的过度关注。鼓励患者与家人、朋友或支持小组保持联系,分享自己的感受和困扰。有时,得到他人的理解和鼓励可以帮助减轻心理压力。

(2) 皮肤美容指导。很多寻常痤疮患者在治疗过程中,缺乏正确的皮肤护理知识,采用了错误的方法,不当的清洁用品,从而导致病情不但难以好转,甚至日益加重。所以为患者提供皮肤美容指导非常重要。教导患者使用温和的洁面产品,每天早晚各进行一次清洁,以保持皮肤清爽。但过度清洁或过于频繁的洗脸也会对皮肤造成负担,避免过度清

洁,防止过度刺激皮肤。建议使用不含刺激成分的洗面奶,避免磨砂类产品。指导患者选择适合自己肤质的保湿产品,维持皮肤水平衡,减轻干燥引起的不适感。使用无油、轻盈的保湿霜。叮嘱患者务必要选择不含酒精、香料等刺激性成分的护肤品,减少皮肤敏感性和炎症。

(3) 行为美容指导。患者的不当行为以及不良生活习惯,同样可能会影响治疗效果。所以护理人员需对患者的行为予以有效纠正。告诫患者不要挤压痘痘,以免引起感染和炎症的加重,导致痘疤的形成。强调饮食对皮肤健康的重要性,推荐摄入富含抗氧化物质、维生素和矿物质的食物,如水果、蔬菜、坚果等;保持足够的水分摄入,保持皮肤水平衡,减少皮肤干燥。对于需要使用化妆品的患者,建议选择轻薄、无油、无刺激的产品。并且在晚上一定要彻底卸妆,保持皮肤呼吸。此外,保持足够的睡眠时间,有助于皮肤修复和新陈代谢,适当开展体育运动,同样有利于痤疮的治疗。

(4) 用药美容指导。叮嘱患者务必要根据医生的建议选择合适的外用或口服药物,不要自行更改剂量或停止用药。使用外用药物前,应先用温和的洁面产品清洁面部,涂抹药物时,采用指尖轻轻点压的方式,避免过度摩擦和刺激。指导患者如何在日间和夜间进行不同的皮肤护理。定期复诊,与医生交流治疗进展和药物效果,以调整治疗方案。特别要叮嘱患者,不要随便听信偏方、秘方,对治疗和用药保持科学的态度。

1.4 观察指标

(1) 对比治疗效果。根据患者的症状评分,作为评价疗效的标准。评分降低百分比超过 95% 则为治愈;在 60%–95% 之间为显效;在 20%–60% 之间则为有效;不足 20% 则为无效^[5]。(2) 对比患者治疗前后的负面情绪。(3) 对比患者的满意度。(4) 对比患者的不良反应。

1.5 统计学方法

使用 SPSS20.0 对研究中两组患者的相关指标展开统计分析,计量数据运用 t 检验,计数数据运用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 作为差异具有统计学意义的判断标准。

2 结果

2.1 治疗效果

研究组的总有效率 95.0% 显著更高, $P < 0.05$ 。

表 1 治疗总有效率对比

组别	n	治愈	显效	有效	无效	总有效率
研究组	40	18 (45.00)	10 (25.00)	10 (25.00)	2 (5.00)	38 (95.00)
参考组	40	10 (25.00)	9 (22.50)	10 (25.00)	11 (27.50)	29 (72.50)
P						<0.05

2.2 对比负面给情绪

P<0.05。

治疗后研究组的 HAMA、HAMD 评分均显著更低，

表 2 治疗前后的焦虑、抑郁评分对比

组别	n	HAMA 评分		HAMD 评分	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	40	12.63 ± 1.69	8.33 ± 1.63	14.36 ± 1.96	9.69 ± 1.74
参考组	40	12.39 ± 1.80	10.44 ± 2.01	14.38 ± 1.88	12.03 ± 1.83
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.3 患者的满意度

研究组的满意度 92.50%显著更高，P<0.05。

表 3 患者的满意度对比

组别	n	非常满意	满意	不满意	满意度
研究组	40	21 (52.50)	16 (40.00)	3 (7.50)	37 (92.50)
参考组	40	16 (40.00)	14 (35.00)	10 (25.00)	30 (72.50)
P					<0.05

2.4 不良反应

两组患者治疗过程中，均为出现严重的不良反应。但从患者首次换药的疼痛评分来看，研究组患者的 VAS 评分 (5.16 ± 1.63)分显著低于参考组的(7.24 ± 1.35)分，P<0.05。

将皮肤美容护理与外用药物相结合，可以实现综合治疗的效果，更有效地解决寻常痤疮问题。皮肤美容护理和外用药物在治疗寻常痤疮时具有不同的优势。皮肤美容护理可以改善皮肤的外观和质感，减轻皮肤干燥、红肿等不适。而外用药物能够直接作用于痤疮病灶，减少痤疮的炎症和过度油脂分泌。两者的综合应用能够全面应对痤疮的多方面问题，提供更全面的治疗效果。在此过程中，皮肤美容护理为药物治疗提供良好的皮肤环境。通过温和的清洁、保湿和使用非刺激性护肤品等措施，皮肤美容护理可以创造一个良好的皮肤环境，为药物的吸收和作用提供更好的条件。清洁和保湿可以减轻药物可能引起的刺激感，帮助药物更好地发挥作用。外用药物可以直接作用于痤疮病灶，减少痤疮的炎症、红肿和疼痛，加速了痤疮的愈合过程。皮肤美容护理的配合可以减轻药物可能引起的副作用，如干燥和刺激，使药物治疗更加舒适和可持续。

3 讨论

外用药物治疗寻常痤疮的常规方法。通过使用抗生素、抗炎药物，减少痤疮病灶中的细菌数量，缓解炎症，加速痤疮的愈合。但是如果只是使用药物治疗，其整体效果并不非常理想，尤其是抗生素如果长期使用，也容易产生耐药性和副作用。

患者提供皮肤美容护理，一方面引导患者使用温和的洁面产品，避免过度清洁和磨砂类产品，有助于维持皮肤的天然保护层，减少水分流失。保湿护理可以防止皮肤干燥和紧绷，改善皮肤的光滑度和柔软度。选择不含刺激性成分的护肤品，可以减少对皮肤的刺激，防止引发或加重炎症。避免含有酒精、香料等刺激成分的产品，有助于降低皮肤敏感性，减少痤疮的恶化。另一方面引导患者形成健康的生活习惯，通过调整饮食，摄入富含维生素、矿物质和抗氧化剂的食物，有助于减少皮肤炎症，促进皮肤修复和再生。适度的锻炼和充足的睡眠也有助于维持皮肤的健康状态，提升整体皮肤质量。

从本次研究数据能够看出，将上述两种方法联合使用的研究组病人整体治疗效果明显更好，无论是整体治疗效果，还是患者的满意度都明显更高。并且治疗过程中研究组的换药疼痛感更低，负面情绪也得到了更有效的控制。

综上所述，将皮肤美容护理与外用药物联合应用于寻常痤疮的治疗，可以实现综合治疗效果，从而更好地应对痤疮的问题。这种综合性的治疗方法能够全面改善皮肤状况，促进康复，提升患者的整体体验和生活质量。

参考文献：

- [1]赵慧兰. 皮肤美容护理结合外用药物治疗寻常痤疮疗效观察[J]. 中国继续医学教育, 2018, 10 (25): 173-174.
- [2]吴秀华. 皮肤美容护理联合外用药物治疗寻常痤疮的疗效观察[J]. 临床合理用药杂志, 2018, 11 (25): 99-100.
- [3]吴媛媛, 康格格. 皮肤美容护理结合外用药物治疗寻常痤疮的效果探讨[J]. 心理月刊, 2018, (02): 244.
- [4]郑玲. 美容护理干预在皮肤寻常痤疮治疗中的作用[J]. 中国美容医学, 2016, 25 (09): 112-115.
- [5]陈玲娜. 皮肤美容护理与外用药物联合治疗寻常痤疮的疗效观察[J]. 临床医药实践, 2016, 25 (06): 455-457.