

窄谱中波紫外线治疗 45 例寻常型银屑病的护理

杨咏梅(重庆市黔江中心医院皮肤科 409000)

【关键词】 银屑病; 窄谱中波紫外线; 护理

DOI:10.3969/j.issn.1672-9455.2013.18.086 文献标志码:B 文章编号:1672-9455(2013)18-2496-01

银屑病俗称“牛皮癣”,是一种常见的慢性复发性皮肤炎症性疾病。其发病机制可能与遗传、感染、代谢以及神经精神等因素相关,临床上寻常型最多见,其临床表现可分为:进行期、静止期、消退期。2010 年本科室门诊运用窄谱中波紫外线(NB-UVB)照射治疗寻常型银屑病静止期,配合本科特色护理,治疗 45 例,均取得良好效果。现将护理体会报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 本组 45 例,男 32 例,女 13 例,年龄 14~72 岁,平均 36.8 岁。临床分期均为静止期,均排除活动性肺结核、甲状腺功能亢进、严重心肝疾病、光敏感等紫外线照射治疗禁忌证。

1.2 方法 NB-UVB 波长为 310~315 nm,峰值为 311 nm,是通过高艺提纯,滤除了有不良反应的杂光,保留了其中最有效的波段,广泛应用于多种皮肤病^[1]。本科室采用德国 Waldmann 窄谱 311 紫外光治疗仪(半身机),照射波长为 310~315 nm,峰值为 311 nm,首次照射剂量的选择根据背部最小红斑量的测定结果确定,一般从 0.4~0.5 J/cm² 开始,初期增加 0.1~0.2 J/cm²,后续剂量根据照射后反应及患者个体差异等进行调整,每次增加剂量最多 0.3 J/cm²,最高剂量 3 J/cm²,每 2 天 1 次。照射后如有明显红斑发生,应暂停治疗。

1.3 疗效判定及结果 痊愈:鳞屑消失,皮肤变薄,颜色变淡,瘙痒消失;显效:鳞屑减少,皮肤变薄,瘙痒减少;无效:皮损加重,久治不愈,脱壳淤血,瘙痒难忍^[2]。

2 结果

45 例患者均能坚持完成治疗,痊愈 11 例(24.44%),显效 33(73.33%)例,无效 1(2.22%)例,总有效率 97.78%。

3 讨论

3.1 心理护理 银屑病由于病程较长、反复发作、皮损影响美观、顽固难治等因素,患者不同程度地存在焦虑、抑郁、自卑及恐惧心理,对治疗失去信心,给患者造成的心理痛苦远远大于身体痛苦^[3]。因此做好心理护理尤为重要,护士要态度和蔼,耐心接待患者,与不同背景患者进行有效沟通,分析患者及家属的心理状态,多关心、体贴、同情他们,鼓励患者诉说内心焦虑,保持心情舒畅,向患者讲解银屑病的病因、诱因、治疗及护理知识,多介绍治疗成功的病例,解除思想顾虑,鼓励患者积极参加社会活动,保持乐观向上的生活态度,减少紧张情绪,积极配合治疗,树立治愈疾病的信心。

3.2 治疗护理 首次照射者签紫外线照射知情同意书,照射前 1 h 内皮肤不用任何外用药,询问并观察照射后的皮损反应及治疗效果,认真记录加以对照,根据皮损情况征求患者意见,确定照射剂量,调节室温 23~25 ℃,协助患者脱去衣服,脸上如无皮损涂防晒霜并用防紫外线布遮挡,佩戴专用紫外线防护眼镜,男性外生殖器用防紫外线布严密遮挡,示范照射姿势,每次治疗保持恒定距离,防止患者跌倒,照射后不宜马上沐浴,以免减少紫外线吸收,告知患者可能出现的皮肤灼热刺痛或局部肿胀等不良反应及预防措施。

3.3 饮食护理 某些食物与药物具有光敏性,可能会引起或加重紫外线照射后反应^[4],告知患者少食或禁食芹菜、萝卜叶、菠菜、香菜、油菜、无花果、柠檬、柑橘、菠萝等光敏性的蔬菜及水果,忌吸烟、喝酒、饮浓茶及咖啡,忌吃辛辣刺激性食物,以免加重病情。银屑病患者处于高代谢状态,蛋白流失多,鼓励患者食用高蛋白、高热量、高维生素、低盐低脂肪饮食,多吃新鲜无光敏性蔬菜和水果。

3.4 药物指导 注意询问患者有无服用强力霉素、氧氟沙星、氢氯噻嗪、异丙嗪、灰黄霉素、磺胺类等易致光敏的药物,如有予以调整或停用^[5]。

3.5 皮肤护理 皮肤护理能提高患者舒适度,加速皮损恢复,对于防治感染具有重要意义,保持皮肤清洁,勤剪指甲,避免抓伤皮肤,忌用过烫热水、盐水、肥皂水等清洗,宜用比较柔和的沐浴液,水温一般 35~39 ℃,最好小于或等于 1 次/2 天,穿宽松柔软的棉织品内衣裤。平时要避免接触刺激性物品,如发胶、染发剂、油漆等。

3.6 健康指导 鼓励患者适当加强运动,增强体质,提高机体免疫力,避免感冒,生活要求规律,劳逸结合,早睡早起,保持乐观平稳的心态,积极配合治疗,使疾病得到长期有效的控制。

目前认为,银屑病是一种遗传因素与环境因素相互作用的多基因遗传病,其发病机制是一种免疫倡导性疾病,T 淋巴细胞真皮浸润是银屑病的重要病理特征^[6],NB-UVB 穿透性强,不易灼伤皮肤,更能有效地诱导真皮中的 T 细胞凋亡,减轻炎症反应^[7]。NB-UVB 治疗银屑病见效快,疗效高,缓解期长,不良反应少,方法简单,治疗中注意操作规范性、治疗剂量的个体化及规范化、同时做好心理、饮食、用药、皮肤等护理指导,确保治疗的效果与安全性。

参考文献

- [1] 潘玉明,殷致宇,张昕,等.窄谱中波紫外线治疗银屑病的研究进展[J].中国激光医学杂志,2011,20(4):264-266.
- [2] 杨雪梅.窄谱 UVB 光疗在银屑病治疗中的疗效观察及护理体会[J].吉林医学,2012,33(10):2176-2177.
- [3] 王爱明.银屑病住院患者 98 例心理健康状况分析及护理[J].齐鲁护理杂志,2010,16(10):90-91.
- [4] 阎春林.光敏性皮肤病[J].继续医学教育,2006,20(23):60-63.
- [5] 缪文英,俞玲珍.银屑病患者营养不良的原因分析及护理[J].护理与康复,2008,7(11):841-842.
- [6] 朱学骏,顾有守,沈丽玉.实用皮肤性病治疗学[M].北京大学医学出版社,2006:218-224.
- [7] 杨旭. UVB 中波紫外线治疗银屑病的护理体会[J].中国营养学,2012,7(12):2011.