# 探讨皮肤激光美容术后患者的防晒护理模式应用效果

李 静

郧阳区人民医院 湖北十堰

【摘要】**目的** 探究皮肤激光美容术后对患者实施防晒护理模式的效果。**方法** 试验观察样本选取时间段为 2025 年 2 月-2026 年 1 月，结合纳入和排除标准抽选 72 例接受皮肤激光美容术的患者展开分组试验。参照组接受术后常规护理（n=36），观察组接受防晒护理模式（n=36），对比组间术后康复指标、并发症发生率、健康知识掌握程度和满意度。**结果** 与参照组比较，观察组术后康复指标更优（P＜0.05）、观察组并发症发生率更低（P＜0.05）、观察组健康知识掌握程度更优（P＜0.05）、观察组满意度更高（P＜0.05），对比差异有统计学意义。**结论** 防晒护理模式应用于皮肤激光美容术后患者的护理中可发挥积极作用，有助于降低术后并发症，加速康复进程，并提高患者健康知识掌握程度和满意度。

【关键词】皮肤激光美容术；防晒护理模式；术后康复指标；并发症；健康知识掌握程度

【收稿日期】2026 年 5 月 5 日 【出刊日期】2026 年 6 月 2 日 【DOI】10.12208/j.ijmd.20260060

## Exploring the application effect of sunscreen care models for patients after skin laser cosmetic surgery

*Jing Li*

*Yunyang District People's Hospital, Shiyan, Hubei*

【**Abstract**】**Objective** To explore the effect of implementing a sun protection care model after skin laser cosmetic surgery on patients. **Methods** The observation sample period was from February 2025 to January 2026. According to the inclusion and exclusion criteria, 72 patients who underwent skin laser cosmetic surgery were selected for group division and observation. The control group received postoperative routine care (n=36), while the observation group received the sun protection care model (n=36). The postoperative rehabilitation indicators, complication rates, health knowledge mastery degree, and satisfaction were compared between the two groups. **Results** Compared with the control group, the postoperative rehabilitation indicators of the observation group were better (P<0.05), the complication rate of the observation group was lower (P<0.05), the health knowledge mastery degree of the observation group was better (P<0.05), and the satisfaction of the observation group was higher (P<0.05). The differences were statistically significant. **Conclusion** The sun protection care model applied in the nursing of patients after skin laser cosmetic surgery can play a positive role, helping to reduce postoperative complications, accelerate the recovery process, and improve the health knowledge mastery degree and satisfaction of patients.

【**Keywords**】Skin laser cosmetic surgery; Sun protection care model; Postoperative rehabilitation indicators; Complications; Health knowledge mastery degree

皮肤疾病生活中十分常见的疾病类型，不仅会给患者带来不适症状，还会影响其外在形象，而对患者的身心健康和生活质量造成损害。皮肤激光美容术是色斑、黑色素痣等常见皮肤疾病的主要治疗方法，通过光热作用可破坏色素、刺激胶原再生，治疗效果好且安全性较高[1]。但激光同时也对皮肤造成短暂的热损伤、引起局部炎症反应，而导致新生皮肤对紫外线敏感性显著升高。因此，若术后患者防晒不当，就可能导致色素沉着、感染等并发症发生，甚至造成治疗失败。传统的护理指导以口头叮嘱为主，缺乏系统性、针对性，使患者防晒护理依从性较差。基于此，本研究将具体分析防晒护理模式

对接受皮肤激光美容术患者的干预效果，具体情况如下。

## 1 一般资料与方法

### 1.1 一般资料

试验观察样本选取时间段为 2025 年 2 月-2026 年 1 月，结合纳入和排除标准抽选 72 例接受皮肤激光美容术的患者展开分组试验。参照组接受术后常规护理（n=36），观察组接受防晒护理模式（n=36）。

参照组男女比 11：25，年龄 22-53（34.62±4.35）岁，病程 1-6（3.81±1.02）年，皮损类型：色素性皮肤病 14 例、血管性皮肤病 12 例、光老化 10 例。观察组男女比 12：24，年龄 24-51（36.14±4.52）岁，病程 1-5（3.51±1.19）年，皮损类型：色素性皮肤病 15 例、血管性皮肤病 14 例、光老化 7 例。

纳入标准：①符合皮肤激光美容术指征；②认知能力正常；③表达能力正常；④意识清醒；⑤资料完整且真实；⑥依从性良好。

排除标准：①治疗药物过敏；②手术禁忌症；③妊娠或哺乳期女性；④精神疾病者；⑤严重重要组织器官疾病者；⑥感染性疾病者；⑦严重瘢痕体质者；⑧随访丢失者[2]。

对比组间基础资料，结果显示无统计学差异 P<0.05，可进行比较。研究经医院伦理委员会审批并通过，且患者自愿签署知情同意书。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 参照组

向患者讲解皮肤激光美容术后的注意事项，强调防晒的重要性和常规的防晒方法。叮嘱创面恢复期间的皮肤清洁、养护方法，并给予药物使用指导。同时，告知患者饮食需忌辛辣刺激、重油重盐，以清淡易消化、维生素丰富的食物为主。提醒患者按时复查，出现异常情况及时就诊。

#### 1.2.2 观察组

①治疗前，对患者进行皮肤分型评估，并检测患者色素分布、紫外线损伤程度等实际情况。基于患者评估结果，向患者讲解其皮肤状态。使其了解防晒护理的重要性。同时，了解患者对防晒知识的了解程度，纠正不正确认知。②术后 72h 内，使用无菌敷料、硅酮凝胶保护创面，且不可涂抹任何化学防晒剂。为患者提供或指导其选择医用级别的防晒口罩、遮阳帽等物理硬防晒物品。在结痂脱落前（术后一周），避免直接暴露在紫外线下，外出必须做好物理防晒。紫外线可穿透玻璃，居家也需远离靠窗位置，或使用遮光帘。③脱痂后，确保创面恢复，指导患者采用物理化学结合的防晒方式。皮肤敏感患者选择含有氧化锌、二氧化钛的防晒霜，且防晒指数（SPF）≥30，PA+++以上。采用视频教学或现场教学的方式，指导患者正确涂抹防晒霜的方法。防晒霜每 2-3 小时补涂一次，尤其出汗后，需立即补涂。④为患者发放健康手册，指导患者选择富含维生素 C、维生素 E、谷胱甘肽的食物，如番茄、猕猴桃等，以抑制黑色素生成。⑤借助微信小程序、移动软件，向患者推送每天的天气情况和防晒建议。在术后关键节点，电话通知患者复查，评估其色素沉着情况。⑥向患者展示治疗成功案例，讲解其防晒方法，让患者直观地了解加强防晒和治疗效果之间的逻辑关系。同时，引导患者建立合理的治疗预期，以免患者放弃防晒。

### 1.3 观察指标

①术后康复指标：记录术后红肿消退、创面结痂、视觉模拟评分（VAS）等数据结果。

②并发症发生率：统计术后色素沉着、皮肤受损、感染等并发症发生情况。

③健康知识掌握程度：自拟防晒知识问卷收集患者的知识掌握情况，主要包括防晒时机、防晒方式选择、紫外线危害和 SPF/PA 含义四项内容，各项满分 25 分[3]。

④护理满意度：自制满意度问卷（信度为 0.89，效度为 0.90），从态度、宣教、沟通等方面进行评估，结果分为不满意、满意、非常满意，满意度=（非常满意+满意）例数/总例数×100%。

### 1.4 统计学方法

本研究的资料使用 SPSS21.0 统计软件输入并加以分析，计数资料用 $\chi^2$ 检验；计量资料用 t 检验。如果 P<0.05，资料差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组术后康复指标比较

观察组术后红肿消退、创面结痂等用时更短，角质层含水量更高，VAS 评分更低，差异显著（P<0.05），对比见表 1。

### 2.2 两组患者并发症发生情况比较

观察组术后并发症发生率更低，差异明显（P<0.05），数据见表 2。

### 2.3 两组患者健康知识掌握程度评分对比

观察组对防晒知识的掌握程度比参照组更优，

差异显著 P<0.05，数据见表 3。

2.4 两组患者护理满意度比较

观察组的护理满意度更高，差异显著（P<0.05），见表 4。

表 1 两组患者术后康复指标对比

| 组别 | 例数 | 红肿消退时间（d） | 创面结痂时间（d） | 角质层含水量（a.u.） | 术后 24h VAS（分） |
|---|---|---|---|---|---|
| 观察组 | 36 | 1.63±0.35 | 1.82±0.39 | 45.25±4.31 | 2.53±0.61 |
| 参照组 | 36 | 2.75±0.41 | 2.74±0.42 | 37.51±4.61 | 3.49±0.75 |
| P | - | <0.05 | <0.05 | <0.05 | <0.05 |
| t | - | 5.243 | 4.274 | 3.910 | 4.614 |

表 2 两组患者并发症发生情况对比（n，%）

| 组别 | 例数 | 感染 | 色素沉着 | 皮肤受损 | 其他 | 发生率 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 观察组 | 36 | 0 | 1 | 0 | 1 | 2（5.56） |
| 参照组 | 36 | 1 | 3 | 1 | 2 | 7（19.44） |
| P | | | | | | <0.05 |
| $\chi^2$ | | | | | | 9.467 |

表 3 两组患者健康知识掌握程度评分对比（分）

| 组别 | 例数 | 防晒时机 | 防晒方式选择 | 紫外线危害 | SPF/PA 含义 |
|---|---|---|---|---|---|
| 观察组 | 36 | 22.74±1.41 | 23.26±1.09 | 22.35±1.36 | 21.73±1.69 |
| 参照组 | 36 | 19.63±1.50 | 19.74±1.42 | 18.25±1.15 | 16.21±1.56 |
| P | | <0.05 | <0.05 | <0.05 | <0.05 |
| t | | 6.362 | 9.570 | 6.983 | 8.101 |

表 4 两组患者护理满意度情况对比（n，%）

| 组别 | 例数 | 非常满意 | 满意 | 不满意 | 满意度 |
|---|---|---|---|---|---|
| 观察组 | 36 | 18 | 17 | 1 | 35（97.22） |
| 参照组 | 36 | 12 | 19 | 5 | 31（86.11） |
| P | - | | | <0.05 | <0.05 |
| $\chi^2$ | - | | 14.546 | | |

## 3 讨论

现代社会经济水平提高，人们对外观美容的追求度更高，美容行业得到迅速发展。皮肤激光美容术是一种微创美容技术，具有创伤小、恢复快、效果好等优势，已经成为色素性皮肤病、血管性皮肤病、光老化、皮肤瘢痕等问题的主要干预方法[4]。激光可产生热力作用破坏色素颗粒，并加速局部血液循环和细胞再生，从而达到紧致皮肤、减少色素沉着、修复皮肤等作用。然而，激光的光热作用在破坏黑色素、水分子的同时，也会对损伤患者皮肤的正常结构，而导致皮肤屏障功能受损，使皮肤短暂性处于高度敏感的状态[5]。不仅如此，紫外线还会对未修复的黑色素细胞造成刺激而引起色素沉着，或破坏皮肤胶原纤维，最终影响创面愈合效果[6]。针对于此，皮肤激光美容术后应加强防晒管理，减少紫外线对皮肤修复造成的不利影响，进而降低并发症发生率，提高治疗效果。

常规的防晒护理缺乏系统性、持续性，很多患者待结痂脱落后，因自感皮肤状态无异常，而放松对紫外线的警惕，或因防晒方式不当导致效果不佳。此次研究针对常规护理的不足，从术前皮肤状态评估、术后阶段性指导和持续性监督加强防晒管理，结果显示：观察组术后康复指标更优（P<0.05）；观察组术后并发症发生率更低（P<0.05）；观察组对防

晒知识的掌握程度比参照组更优（P<0.05）；观察组满意度更高（P<0.05）。术前结合患者的皮肤状态进行宣教，让患者能够直观地了解自身的皮肤状态，并纠正患者的不正确认知，可有效激发患者的防晒意识。实施激光治疗后，根据不同的恢复阶段和患者自身皮肤状态进行针对性防晒指导。在术后结痂期，以物理硬防晒为主，避免化学物品对敏感创面造成刺激。同时，借助无菌敷料、硅酮凝胶保护创面，可加速创面愈合，降低感染等并发症的发生风险[7]。待结痂脱落后，在物理硬防晒的基础上，指导患者正确使用防晒霜进行防晒。通过告知患者防晒霜的正确涂抹方法、补涂频率，可保障防晒霜的防晒效果。按照药食同源的原则，向患者讲解饮食方面的注意事项，选择具有促进皮肤修复、抑制黑色素生成的食物，可达到内外同调的效果。物化防晒和饮食指导的联合应用，既能保障患者的防晒效果，还能兼顾其皮肤营养支持。不仅如此，此次研究还借助互联网平台实施延续性护理，为患者推送防晒建议、复查提醒以及解答日常疑问，为患者提供了强有力的社会支持，同时也有效地帮助患者建立起了长期的防晒习惯。通过视频、现场演示和线上互动，可强化患者的记忆和理解，促使防晒知识实现内化[8]。而成功案例分享可帮助患者建立康复信心，减轻其焦虑、紧张情绪，促使其护理配合度提高。

综上所述，防晒护理通过精准评估、分期干预、动态管理和心理支持，能够显著提高皮肤激光美容术患者的康复效果，将其并发症发生率，并提高患者健康知识掌握程度和满意度，应用价值显著，可积极进行推广。

## 参考文献

[1] 郑海红,蔡桂丽,洪小坤. 防晒护理模式在皮肤激光美容术后的临床效果观察 [J]. 中国医疗美容, 2024, 14 (10): 71-73.

[2] 邓丽娜,吴华娟. 探讨皮肤激光美容术后患者的防晒护理模式应用效果 [J]. 航空航天医学杂志, 2023, 34 (01): 108-111.

[3] 严国香. 综合护理对皮肤激光美容患者的干预效果观察 [J]. 甘肃科技, 2021, 37 (15): 167-169.

[4] 陈洁珊,谭雪玲,黄艳,等. 防晒护理在皮肤激光美容术后患者中的应用 [J]. 中国继续医学教育, 2021, 13 (13): 169-172.

[5] 洪芳,吴承高,赵利梅,等. 皮肤激光美容术后患者的防晒护理效果观察 [J]. 中国社区医师, 2021, 37 (04): 119-120.

[6] 谭福英,洪志林,陈秀香. 舒适护理干预对面部色素痣皮肤激光美容术后创面修复及心理状态的影响 [J]. 基层医学论坛, 2022, 26 (17): 100-102+129.

[7] 陈洁珊,谭雪玲,黄艳,等. 防晒护理在皮肤激光美容术后患者中的应用 [J]. 中国继续医学教育, 2021, 13 (13): 169-172.

[8] 马爱萍. 防晒护理在皮肤激光美容术后护理中的价值 [J]. 皮肤病与性病, 2020, 42 (06): 925-927.

**版权声明：**©2026 作者与开放获取期刊研究中心（OAJRC）所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
OPEN ACCESS