

DOI: 10.12209/j.issn2709-1961.202111132

· 中医特色护理 ·

中药面膜治疗痤疮1例的护理体会

耿苗苗¹, 孙明丽¹, 唐玲², 徐京中², 郭新一¹

(1. 北京中医药大学东方医院 皮肤科, 北京, 100078;

2. 北京中医药大学东方医院 护理部, 北京, 100078)

摘要: 本文总结1例痤疮患者进行中药面膜治疗的观察及护理措施,包括中药面膜的药理特性、使用方法、注意事项以及饮食、情志、生活等方面的护理措施,通过中医辨证分型,针对性予以干预,有助改善患者面部痤疮,缓解负性情绪。

关键词: 痤疮; 中药面膜; 湿热蕴结; 中医护理

中图分类号: R 473.75 文献标志码: A 文章编号: 2709-1961(2021)12-0114-04

Nursing of a patient with acne treated by Chinese herbal medicine mask

GENG Miaomiao¹, SUN Mingli¹, TANG Ling², XU Jingjin², GUO Xinyi¹

(1. Department of Dermatology, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078;

2. Department of Nursing, Dongfang Hospital Beijing University of Chinese Medicine, Beijing, 100078)

ABSTRACT: This paper summarized the observation and nursing measures of a patient with acne treated by Chinese herbal medicine mask. Under the guidance of Traditional Chinese Medicine syndrome differentiation and pharmacological characteristics of the Chinese herbal mask, targeted nursing interventions were carried out to relieve the facial acne and negative emotion of the patient.

KEY WORDS: acne; Chinese herbal medicine mask; damp-heat accumulation syndrome; Traditional Chinese Medicine nursing

痤疮是一种由皮脂分泌过多毛囊皮脂腺导管堵塞细菌感染和炎症反应等多因素引起的慢性毛囊皮脂腺炎症,痤疮多发于面颊和额部,是由毛囊不同深度的炎症和继发性反应造成的多有色素沉着以及肥厚性或萎缩性瘢痕遗留^[1]。痤疮形成的病因很复杂,其中雄激素和皮脂分泌增多、痤疮丙酸杆菌感染、毛囊皮脂腺导管角化过度、炎症和免疫反应及遗传因素已经得到大多数学者的认可^[2]。中医药对痤疮的研究历史源远流长,古今医家多有论述,主要病因在于湿、热、毒、瘀,与肺、脾、胃、大肠等脏腑功能有密切联系。痤疮治则宜清热解毒祛湿、凉血消肿散结。中药面膜是借助某些材料,在面部和外界形成一层暂时密闭的屏障,使皮肤温度升高,角质层水分含量增加,毛孔张开,让药物充分渗透吸收,达到治疗某些皮肤病和保健皮肤目的的一种方法。中医外治法具有有

副作用小、价格低廉、简便易行、方法多样、见效快等特点,在临床应用广泛。中药面膜可直接作用于皮损,具有疗程短、效果显著、防治并重、操作方便的优势,充分体现了中医的“治未病”思想^[3]。本文总结1例痤疮患者使用中药面膜治疗的护理体会,现报告如下。

1 临床资料

患者女性,22岁,以痤疮(面部皮肤感染)于本院门诊就诊。患者近2个月工作压力大,熬夜,皮疹复发加重,未诊治。刻下症见:患者面部皮脂溢出,全脸散在红色炎性丘疹、粉刺,中度量脓疱,少许凹陷性瘢痕,皮疹微痒痛。纳可,眠可,小便黄,大便干,既往体健,患者平日喜食甜辣。舌红,苔黄腻,脉滑数。遵医嘱采用中药面膜治疗,患者经过15d的治疗,丘疹脓疱瘢痕由原来中等数量

收稿日期:2021-11-12

通信作者:孙明丽, E-mail: 2287222019@qq.com

<http://www.zxyjhhl.com.cn>

OPEN ACCESS

的转为少量丘疹脓疱,参照痤疮严重度国际分类法^[4]由原来中度Ⅱ级转为轻度Ⅰ级。心理焦虑程度由原来中度焦虑转为正常。患者治疗期间未发生任何全身及局部的不良反应。

2 护理

2.1 护理评估

根据辨证分型痤疮分肺经风热型、肠胃湿热型、湿热蕴结型。患者小便黄,大便干,舌红,苔黄腻,属热症。患者全脸散在红色炎性丘疹、粉刺,有中度量脓疱,属湿热蕴结型。痤疮严重度国际分类法(国际改良分级法为依据)分为轻度(Ⅰ级)、中度(Ⅱ级)、中度(Ⅲ级)、重度(Ⅳ级)。患者有中等数量的丘疹和脓疱,参照痤疮严重度国际分类法属中度Ⅱ级。心理评估采用GAD-7广泛性焦虑自评量表^[5]评估,0~4分提示正常,5~9分提示有轻度焦虑,10~14分提示有中度焦虑,15~21分提示有重度焦虑。患者状态属中度焦虑。

2.2 干预措施

2.2.1 中医特色治疗:中药面膜为一种固化剥离型面膜,常称为倒模。是中草药和熟石膏,使用时用水调和成糊状,涂敷于面部。由于熟石膏与水发生水合反应,产生热量,并逐渐固化成型,最后将固化了的面膜整块剥离。中药以大黄、黄连、白花蛇舌草等为主。这种面膜在使用时利用石膏在凝固过程中发热的原理,加速面部血液循环,促进皮肤对中药的吸收,减轻局部炎症,淡化色素,清洁皮肤和毛孔,从而达到治疗和美容的效果。具体的操作方法:让患者保持仰卧的体位,治疗巾包住头发,铺颈巾,用生理盐水擦拭清洁面部皮肤。负氧离子喷雾水杯中加入纯净水至标准刻度,喷出蒸汽后,持续喷雾5~10 min。痤疮患处用安而碘消毒局部皮肤后,以无菌探针挑治脓头及粉刺栓,并涂以痤疮药膏。眉毛、眼睛、嘴唇用纱条覆盖加以保护。选取适量的以大黄、黄连、白花蛇舌草为主的药,混合后磨成细粉并加入适量医用熟石膏成为药粉,用温水(40~50℃)调石膏成糊状,均匀涂抹于面部,20~30 min待干后,轻轻取下。最后温水擦拭面部,温水洗净,敷收缩爽肤水,每周1~2次,连续治疗1个月。注意事项:①使用前应清洁面部。②采用石膏粉倒膜前应先用水棉片或纱布覆盖眼部和口部。③使用膏状面膜时,不要涂抹得太靠近眉毛、眼睛、嘴唇,距离眼睛0.5 cm为宜。④应根据皮肤的性质或需要改善

的皮肤选择相宜的面膜。面膜使用的次数以每周1~2次较为适当。每次敷贴面膜的时间,除非一些面膜有特别的要求之外,一般建议15~20 min。治疗后告知患者:痤疮患者治疗过程中,会出现疼痛感;痤疮患者治疗后,清疮部位出现红印,2~3 d自然消退;色斑患者治疗后注意防晒。

2.2.2 常规护理:①保持情志乐观豁达,避免着急、上火、生气、焦虑等不良情绪。②注意生活规律,不能熬夜,晚间十点前要就寝。熬夜会造成机体阴阳失调,影响夜间肝脏排毒和皮肤的新陈代谢。③饮食方面尽量不吃辛辣、油腻及过甜的食物,多吃蔬菜水果,保持胃肠通畅,防止便秘。④卫生习惯方面要养成良好的洗护习惯,避免日晒潮热,提倡多运动,多游泳,多洗澡。不要用手挤压痤疮,防止感染。⑤化妆品的选择宜慎重,患病期间尽量不用堵塞毛孔的化妆品。日常护肤需在专业的医生指导下科学合理应用专业祛痘的洗面奶、乳液、防晒产品和修复霜,防止痤疮复发。

3 讨论

痤疮作为一种慢性炎症性疾病,治疗过程较长,愈后缓慢,患者不可避免的会出现焦虑情绪。疾病治疗的早期阶段,面部可能会出现烧灼感、脱屑、红斑等不适症状,对此需要及时进行处理,但是有些患者因出现上述症状会产生紧张、焦虑等负性情绪,从而导致内分泌出现紊乱等情况,加重痤疮病情,进而形成一种恶性循环。因此,医护人员在对重度痤疮患者进行治疗的过程中,需要针对其早期可能出现的症状,制定规范的应对措施,并将其制作成手册发放给患者,给予患者明确且具有科学性的应对措施,从而使其正确认识病情,缓解焦虑情绪^[6]。医护人员单纯治疗皮损之外,还要有针对性地对心理障碍进行干预,帮助患者正确认识痤疮、明确心理因素与痤疮之间的关系,淡化不良心理情绪刺激,调整心态,打破心理应激-皮肤疾病-精神负担-皮肤病加重的恶性循环,促进痤疮康复和防止复发^[7]。

中药面膜以大黄、黄连、白花蛇舌草为主药材。黄连、大黄共奏清热解毒燥湿之功,壁虎活血通络,更兼壁虎血肉有情之品,生肌敛口,疗效独特,为疮家之圣,药连翘既可清心泻火,又可解毒以消痈散结^[8]。上述药物混合使用,可以清热活血、散结解毒^[9]。粉刺针清理局部粉刺、丘疹和脓疱能预防皮肤炎症和减轻已发炎的程度。石膏倒

膜在凝固中产生的热效应,加速皮肤的血液循环,促进外用药物的渗透吸收,从而在短期内达到消炎和修复皮损的目的,对缩短疗程、提高治愈率和有效率起到很大的作用^[10]。中药面膜外敷是中医外治法则应用于临床的体现,清代名人所著《理渝骈文》中阐述“内外治疗结合统一,内外用药同样结合统一”的原理和方法一直被现代中医相传代用。中药面膜治疗的同时有深层皮肤护理的功效,在美白、滋润、祛斑、消炎、抗皱等方面已体现出显著优势。中药面膜最显著的优势是面膜中添加的中药成分具有确切的美容或治疗功效,但为保持面膜的稳定性和吸收,通常要向其中加入防腐剂、促透皮吸收剂、成膜剂和乳化剂,违背了中药面膜的纯天然属性。

中药面膜在未来的发展中,不仅要继承传统中医药的基本理论,还应充分利用现代科学技术,充分吸收各学科的最新研究成果,在技术、工艺、剂型等方面大胆创新^[11]。寻找一种安全的促进中药面膜成分快速吸收有无副作用的手段,是中药面膜治疗痤疮的发展方向。在今后的工作中,需加强护理人员中医基础理论及科研与创新思路的培养,增加院际之间的科研联合^[12],同时在单位领导的支持下,可创造条件设立专职岗位、加强学术交流、拓宽推广方式、持续经费支持等,以营造开展中医护理特色技术的氛围,推动中医护理事业发展。

利益冲突声明:作者声明本文无利益冲突。

参考文献

- [1] 范莹,陶诗沁,范华. 果酸活肤治疗痤疮光动力疗法后色素沉着的效果及护理[J]. 中西医结合护理(中英文), 2017, 3(5): 116-118.
FAN Y, TAO S Q, FAN H. Effects of alpha hydroxy acids on pigmentation in patients after photodynamic therapy for acne [J]. Nursi Integr Tradit Chin Western Med, 2017, 3(5): 116-118. (in Chinese)
- [2] 康丽阳. 寻常痤疮对患者生活质量和抑郁情绪影响的调查研究[D]. 湖南: 中南大学, 2011.
KANG L Y. An investigation on the effects of acne vulgaris on the quality of life and depression of patients[D]. Hunan: Central South University, 2011. (in Chinese)
- [3] 曾雪,刘瓦利,赵婷,等. 中药面膜综合疗法治疗寻常痤疮的临床研究[J]. 中国中西医结合杂志, 2012, 32(5): 624-627.
ZENG X, LIU W L, ZHAO T, et al. Effects of Chinese Medical Facial Mask Comprehensive Therapy in Treating Acne Vulgaris [J]. CJITWM, 2012, 32(5): 624-627. (in Chinese)
- [4] 彭勇,罗瑞静,刘杰,等. 基于现代文献的痤疮中药面膜用药规律分析[J]. 中医药导报, 2018, 24(10): 28-30.
PENG Y, LUO R J, LIU J, et al. Medication rule analysis of traditional Chinese medicine facial mask in treating acne based on modern Literature [J]. Guid J Tradit Chin Med Pharm, 2018, 24(10): 28-30. (in Chinese)
- [5] 吴晓燕,刘林盛,丁赞,等. 采用PHQ-9及GAD-7量表评估青少年痤疮患者心理状况的临床研究[J]. 皮肤病与性病, 2020, 42(2): 227-228.
WU X Y, LIU L S, DING Z, et al. Clinical study of PHQ-9 and GAD-7 in assessment of mental status of adolescents with acne [J]. Med Soc, 2020(2): 227-228. (in Chinese)
- [6] 许瑞雪. 心理护理在青年重度痤疮患者治疗中的效果和对焦虑情绪的影响评价[J]. 饮食保健, 2021, (7): 213.
XU R Y. Application of psychological nursing for adolescents with severe acne and its influence on anxiety [J]. Diet Health, 2021, (7): 213. (in Chinese)
- [7] 徐晖,王艳红,彭冲. 痤疮患者生活方式及心理状态的调查分析[J]. 中国美容医学, 2012, 21(8): 41-42.
XU H, WANG Y H, PENG C. Investigation and analysis of the life style and psychological status among acne patients [J]. Chin J Aesthetic Med, 2012, 21(8): 41-42. (in Chinese)
- [8] 王长宏. 仙方活命饮加减治疗痤疮116例的体会[J]. 中国民族民间医药, 2012, 21(13): 113.
WANG C H. Xianfang Huoming potus in the treatment of acne in 116 patients [J]. Chin J Ethnopharmacology, 2012, 21(13): 113. (in Chinese)
- [9] 谢道军,徐进兰. 自制中药面膜治疗痤疮临床疗效观察[J]. 时珍国医国药, 2011, 22(8): 2056.
XIE D J, XU J L. Effect of self-made Chinese herbal medicine mask in the treatment of acne [J]. Lishi-zhen Med Materia Medica Res, 2011, 22(8): 2056. (in Chinese)
- [10] 郑毅. 中药面膜联合西药治疗痤疮的疗效[J]. 世界最新医学信息文摘, 2020, 20(81): 237-238.
ZHENG Y. Effect of Chinese herbal medicine mask combined with western medicine in the treatment of acne [J]. World Latest Med Inf, 2020, 20(81):

- 237-238. (in Chinese)
- [11] 李芳梅, 祁希希, 韦福巧, 等. 中药面膜结合石墨烯电热膜面罩治疗黄褐斑疗效观察[J]. 中国美容医学, 2021, 30(7): 79-82.
- LI F M, QI X X, WEI F Q, et al. Clinical efficacy of Chinese medicine mask combined with graphene electrothermal mask on ChloasmaChinese full text [J]. Chin J Aesthetic Med, 2021, 30(7): 79-82. (in Chinese)
- [12] 赵楠, 王桂英, 廖娟, 等. 中医特色技术护理培训师工作室建设实践与思考[J]. 中西医结合护理, 2021, 7(3): 19-22.
- ZHAO N, WANG G Y, LIAO J, et al. Construction thoughts and practice of the trainer studio for the training of Traditional Chinese Medicine [J]. Chin J Integr Nurs, 2021, 7(3): 19-22. (in Chinese)
- (本文编辑:尹佳杰)