

窄谱中波紫外线治疗皮肤病的健康教育

倪淑宇, 吴惠萍, 吴明英(重庆市黔江区中心医院 409000)

【关键词】 窄谱中波紫外线; 皮肤病; 健康教育

DOI:10.3969/j.issn.1672-9455.2010.24.079

中图分类号:R751.05

文献标志码:B

文章编号:1672-9455(2010)24-2805-01

窄谱中波紫外线(NB-UVB)照射治疗在皮肤科的应用日益广泛,其疗效显著,治疗方便,无需光敏剂,系统不良反应小,光毒反映轻。可用于银屑病、白癜风、带状疱疹、玫瑰糠疹、神经性皮炎、花斑癣、瘙痒症等多种皮肤病的治疗。但在临床中许多患者对该项治疗存在许多认识上的误区,导致一些远期不良反应的存在。因此,对行窄谱紫外光治疗皮肤病的患者进行健康教育显得尤为重要。现对 NB-UVB 治疗皮肤病时患者在认识上的误区及健康教育介绍如下。

1 患者在认识上的误区

1.1 部分患者对 NB-UVB 照射治疗皮肤病的疗效持怀疑态度,不相信 NB-UVB 照射能治疗疾病。

1.2 许多患者治病心急,追求速效,擅自延长照射时间及照射强度,误认为照射时间得越长、强度越大,效果越好。

2 健康教育

2.1 向患者讲解 NB-UVB 治疗皮肤病的原理 NB-UVB 治疗皮肤病是通过某一波长的紫外线照射皮损部位,产生光化学反应或调节免疫反应等作用,从而达到治疗某些顽固性皮肤病的目的。

2.2 心理指导 由于银屑病、白癜风等患者病程长,易复发,发生于体表,有碍美观,导致患者心理压力,精神负担重。同时对 NB-UVB 照射缺乏正确认识,对其疗效持怀疑的态度,担心自己患上了不治之症,情绪低落、压抑,一项调查显示银屑病、白癜风等患者存在多方面的心理障碍,其心理障碍的程度与皮损的泛发和进展密切相关^[1],针对这些负面心里,医护人员应尽量多与患者交流、沟通,采用开导、劝慰、分散转移及心里暗示疗法,给予患者正确的心里疏导与精神鼓励,使其调整好精神状态,能以良好的心态接受治疗,从而促进早日康复。

2.3 治疗指导

2.3.1 照射剂量的选择 NB-UVB 的不良反应包括红斑效应和致癌性等,因此照射剂量必须在红斑效应和疗效之间达到平衡,同时要考虑长期照射有发生肿瘤的可能性。因此照射剂量以最小红斑量(MED)开始,欧美文献报道的 MED 为 0.65 J/cm²,与国内对一地区志愿者测定 MED 基本相符。初始剂量一般多为 50%~70% MED,以后根据照射后皮肤反应逐次增加剂量 10%,有的临床工作者逐次增加 0.1 J/cm²,到皮肤出现明显红斑、搔痒等症状时停止,改为前次剂量再观察。直到皮损消退停止治疗。

2.3.2 照射频率选择 目前所报道的照射频率从每天 1 次至每周 1 次不等,最常用的是每周 2~3 次。有研究者比较了每周 3 次和 5 次治疗斑块状银屑病的效果,结果发现每周照射 3 次取得疗效的时间明显较每周照射 5 次短,所用的照射剂量也明显较少,说明每周照射 3 次效果更为明显。

2.3.3 人体不同部位对照射剂量的选择 NB-UVB 治疗银屑病、白癜风等患者,其躯干部位的疗效往往优于四肢,与躯干部位接受的紫外线相对大可能有一定相关性。躯干部位皮损消退后,即可减少治疗的剂量或者治疗的频率,进入巩固治疗阶段,然而四肢的皮损尚未消退,仍需要不断增加照射剂量,这样躯干处皮肤不得不陪同接受过的紫外线照射,从而增加照射累积量,可能会增加患皮肤癌的可能性。因此在治疗的过程中对四肢尤其是下肢额外增加照射剂量,以加快该处皮损痊愈^[2]。

2.3.4 药物配合治疗 NB-UVB 疗法,较为安全有效。如果同时配合内服和外用药物可以使银屑病、白癜风等皮肤病患者在很长时间内到达控制病情和延缓复发的效果。但由于治疗皮肤病的药物多为激素类药物,许多患者担心其不良反应,而不愿使用,作为皮肤科的护士,要向患者讲解当药物的治疗作用大于其不良反应时,只能选择其治疗作用,在合理用药的情况下,尽量将不良反应降到最小。

3 讨论

NB-UVB 疗法为皮肤病患者提供了新的治疗途径。对不同疾病、不同患者,根据皮肤类型选择不同的强度与疗程。收到较好的疗效。在临床工作中对需行 NB-UVB 疗法的患者进行健康教育指导,使患者对 NB-UVB 疗法有了全面的认识,能自觉配合治疗,达到尽快治疗疾病,减少并发症,提高患者生活质量为目的。NB-UVB 投入临床应用以来本科室已用于治疗各种皮肤病患者上千例,受到患者的好评。

参考文献

- [1] 汤红,朱桂英,赵丽艳,等.银屑病患者心理健康水平的调查[J].中华皮肤科杂志,1998,31(5):317-318.
- [2] 单晓峰,杨宝琦.人体不同部位对窄波 UVB 的敏感性[J].中华皮肤科杂志,2009,42(11):783-784.

(收稿日期:2010-06-21)