

DOI: 10.3969/j.issn.1004-4949.2026.05.036

## 积极护理元素联合认知行为干预对面部整形美容患者 体像障碍情况的影响

汤云香, 梁斐

(常州市第一人民医院医疗美容科, 江苏 常州 213000)

**[摘要]**目的 探讨积极护理元素联合认知行为干预对面部整形美容患者体像障碍情况的影响。方法 选取2024年6月-2025年12月在本院医疗美容科接受面部整形美容的92例患者, 采用随机数字表法分为对照组和观察组, 各46例。对照组实施常规医学美容治疗护理干预, 观察组实施积极护理元素联合认知行为干预, 比较两组体像障碍情况、社交外表焦虑程度、负面评价恐惧程度、创面愈合情况。结果 观察组干预后SRSBI评分低于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组干预后SAAS评分低于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组干预后FNE评分低于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组创面愈合优良率 (100.00%) 高于对照组 (86.96%) ( $P<0.05$ )。结论 对面部整形美容者实施积极护理元素联合认知行为干预, 可有效缓解其体像障碍, 有利于减轻社交外表焦虑、负面评价恐惧等心理问题, 对于促进创面愈合具有积极作用。

**[关键词]** 积极护理元素; 认知行为干预; 面部整形美容; 体像障碍

**[中图分类号]** R473

**[文献标识码]** A

**[文章编号]** 1004-4949 (2026) 05-0148-04

### Effect of Positive Nursing Elements Combined with Cognitive Behavioral Intervention on Body Dysmorphic Disorder in Patients Undergoing Facial Plastic Surgery

TANG Yunxiang, LIANG Fei

(Department of Medical Cosmetology, the First People's Hospital of Changzhou, Changzhou 213000, Jiangsu, China)

**[Abstract]****Objective** To explore the effect of positive nursing elements combined with cognitive behavioral intervention on body dysmorphic disorder in patients undergoing facial plastic surgery. **Methods** A total of 92 patients who underwent facial plastic surgery in the Department of Medical Cosmetology of our hospital from June 2024 to December 2025 were selected, and they were divided into the control group and the observation group by the random number table method, with 46 patients in each group. The control group received conventional nursing intervention in medical cosmetology treatment, and the observation group received positive nursing elements combined with cognitive behavioral intervention. The body dysmorphic disorder, social appearance anxiety, fear of negative evaluation and wound healing were compared between the two groups. **Results** The SRSBI score of the observation group after intervention was lower than that of the control group ( $P<0.05$ ). The SAAS score of the observation group after intervention was lower than that of the control group ( $P<0.05$ ). The FNE score of the observation group after intervention was lower than that of the control group ( $P<0.05$ ). The excellent and good rate of wound healing in the observation group (100.00%) was higher than that in the control group (86.96%) ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The application of positive nursing elements combined with cognitive behavioral intervention in patients undergoing facial plastic surgery can effectively relieve body dysmorphic disorder, help to reduce psychological problems such as social appearance anxiety and fear of negative evaluation, and play a positive role in promoting wound healing.

**[Key words]** Positive nursing elements; Cognitive behavioral intervention; Facial plastic surgery; Body dysmorphic disorder

基金项目: 2024年度常州市第一人民医院护理专项科技项目 (编号: yy2024007)

第一作者: 汤云香 (1986.7-), 女, 江苏常州人, 本科, 副主任护师, 主要从事医疗美容护理方面研究

通讯作者: 梁斐 (1987.2-), 女, 江苏常州人, 本科, 副主任护师, 主要从事医疗美容护理方面研究

体像障碍 (body dysmorphic disorder) 是面部整形美容患者常见的一种心理障碍类型, 即个体虽无明显外表畸形, 但认为自身外表有明显缺陷, 进而出现焦虑、抑郁、自卑等负面情绪, 即个体常对轻微或不存在的体表缺陷表现出担忧<sup>[1]</sup>。社交外表焦虑则是在想象或真实的社交情境中他人对于患者外表的评价, 或对他人评价的预期, 包括相貌焦虑和形体焦虑, 部分患者可出现负面评价恐惧, 即担忧他人对于自身外表做出负面评价<sup>[2]</sup>。社交外表焦虑、负面评价恐惧与体像障碍互相影响, 并存在促发效应, 严重影响面部整形美容患者的心理健康, 并降低其对于美容效果的满意度, 严重者可诱发纠纷和投诉<sup>[3]</sup>。认知行为干预是以患者为中心, 通过交流、访谈的形式促使患者认识到自己存在的问题, 进而促使其认知和行为改变。积极护理元素则是将经证实有效的积极护理措施进行整合并予以实施, 进而达到预期的护理目标的一种护理模式<sup>[4]</sup>。基于此, 本研究结合2024年6月-2025年12月在本院医疗美容科接受面部整形美容的92例患者临床资料, 旨在探究积极护理元素联合认知行为干预对面面部整形美容患者体像障碍的影响, 现报道如下。

## 1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2024年6月-2025年12月在常州市第一人民医院医疗美容科接受面部整形美容的92例患者, 采用随机数字表法分为对照组和观察组, 各46例, 均为女性。对照组年龄23-56岁, 平均年龄 (35.73 ± 3.48) 岁。观察组年龄25-54岁, 平均年龄 (36.18 ± 3.92) 岁。两组年龄比较, 差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ), 研究可比。患者均签署知情同意书。

1.2 纳入与排除标准 纳入标准: 择期行面部整形美容治疗; 术后恢复良好; 能够配合研究和随访。排除标准: 合并精神疾病; 合并严重心理障碍者或近1个月服用抗精神症状药物; 合并严重面部或身体损毁; 中途退出。

### 1.3 方法

1.3.1 对照组 实施常规医学美容治疗护理干预: 即配合医生完成治疗期间各项护理工作, 予以相应的健康教育、镇痛护理、心理干预等, 以缓解患者的不适感, 并在治疗后予以随访, 嘱其按时来院复查, 以确保美容效果, 干预时间为患者入院至出院后1个月。

1.3.2 观察组 实施积极护理元素联合认知行为干预: ①心理评估: 治疗前阶段实行多学科联合决策制, 由医师、护士、心理咨询师共同完成治疗前风险识别与宣教; 通过一对一访谈了解面部整形美容患者对于容貌的不满, 外貌对其心理、社交、生活等造成的困扰, 以及期待达到的美容效果等; 针对面部整形美容患者的讲述应采用以尊重、理解为基础的引导, 配合正向语言予以安慰、支持、纠正等, 以帮助患者端正心态, 正确面对医学美容治疗; ②积极护理元素: 通过发放健康宣教材料、视频播放等形式介绍患者所需接受的治疗及手术的名称、治疗方法、配合要点和注意事项等, 通过正面案例展示明确术后可能达到的美容效果, 以提高患者对于治疗的认知; 同时可介绍主治医师的资质、本美容中心的治疗优势和先进的仪器设备等, 以提高其治疗信心, 从而增强治疗配合度; 给予患者充分的心理支持, 并注意心理干预方式的因人而异; 对于存在面部和 (或) 皮肤瘢痕等客观问题的患者, 应给予充分的安慰、鼓励, 帮助其树立乐观、积极的心态, 以缓解其因外貌产生的心理压力, 从而改善其社交行为; 对于并无明显外貌缺陷, 仅因心理因素, 或追求“完美”的患者, 则应以教育、纠正为主, 帮助其认识到自身容貌并无较大问题, 需端正心态, 正确面对外貌<sup>[5]</sup>; ③认知行为干预: 鼓励相似问题或接受同样治疗的患者之间互相沟通、互相交流, 讲述各自的求美经历、美容效果和感受等, 通过身边案例帮助患者认识到医疗美容的效果和局限性, 从而降低不切实际的预期; 恢复较好的患者可产生积极的心理暗示, 同时也可帮助患者转变认知, 调整其心理预期, 以积极的心态应对治疗。

### 1.4 观察指标

1.4.1 记录两组体像障碍情况 采用体像障碍自评量表 (SRSBI)<sup>[6]</sup>评价患者的自感缺陷、体貌认知等情况, 共23个条目, 根据患者情况予以0~3计分, 总分范围为0~69分, 评分越高表示体像障碍越严重。

1.4.2 评估两组社交外表焦虑程度 评价采用社交外表焦虑量表 (SAAS) 评估, 共16个条目, 采用1~5分赋分法, 总分范围为16~80分, 评分越高表示社交外表焦虑越严重。

1.4.3 评估两组负面评价恐惧程度 采用负面评价恐惧量表 (FNE)<sup>[7]</sup>评估, 共12个条目, 总分范围为



12~60分, 评分越高表示对负面评价越恐惧。

1.4.4 评估两组创面愈合情况 甲级愈合: 创面完全愈合, 无明显瘢痕; 乙级愈合: 创面完全愈合, 但存在隐痛、轻微瘙痒等情况, 经规范换药后, 异常情况缓解; 丙级愈合: 创面愈合不良, 存在明显感染迹象, 严重者需切开引流, 或皮肤愈合时间较长, 存在明显增生性瘢痕、瘢痕疙瘩等。愈合优良率=甲级愈合率+乙级愈合率

1.5 统计学方法 采用SPSS 26.0统计学软件进行数据分析, 计数资料以[n (%)]表示, 行 $\chi^2$ 检验; 计量资料以( $\bar{x} \pm s$ )表示, 行t检验;  $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组体像障碍情况比较 观察组干预后SRSBI

评分低于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表1。

2.2 两组社交外表焦虑程度比较 观察组干预后SAAS评分低于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表2。

2.3 两组负面评价恐惧程度比较 观察组干预后FNE评分低于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表3。

2.4 两组创面愈合情况 观察组创面愈合优良率高于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表4。

表1 两组体像障碍情况比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	n	干预前	干预后
观察组	46	52.13 ± 4.19	18.59 ± 2.26
对照组	46	52.97 ± 4.02	30.72 ± 3.48
t		0.483	10.594
P		0.622	0.000

表2 两组社交外表焦虑程度比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	n	干预前	干预后
观察组	46	68.94 ± 4.43	35.72 ± 2.86
对照组	46	69.15 ± 4.38	48.77 ± 3.15
t		0.447	11.092
P		0.593	0.000

表3 两组负面评价恐惧程度比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	n	干预前	干预后
观察组	46	47.92 ± 3.26	29.47 ± 2.75
对照组	46	48.25 ± 3.74	39.66 ± 3.02
t		0.492	9.722
P		0.635	0.001

表4 两组创面愈合情况比较 [n (%)]

组别	n	甲级愈合	乙级愈合	丙级愈合	愈合优良率
观察组	46	32 (69.57)	14 (30.43)	0	46 (100.00) *
对照组	46	22 (47.83)	18 (39.13)	6 (13.04)	40 (86.96)

注: \* 与对照组比较,  $\chi^2=6.419, P=0.011$ 。

## 3 讨论

在面部整形美容者中有部分患者并无明显的外貌问题, 其就医行为是由自身否定性、消极的体像认知所造成的心理问题引起, 针对此类患者, 常规治疗不一定能够解决其根本问题, 还可能因患者对于自身外貌无法满足其不切实际的想象而造成其治疗后的满意度较低, 甚至引发不必要的医疗纠纷<sup>[8, 9]</sup>。体像障碍是医美患者中常见的一类心理问题, 即患者的外貌无法满足患者对于自身的想法, 进而造成精神痛苦, 不仅可造成患者抑郁、自卑等负面情绪, 还可对其社会功能造成损害<sup>[10, 11]</sup>。社交外表焦虑与负面评价恐惧常同

时存在并互相影响, 可降低患者的自我认同和社交功能<sup>[12]</sup>; 因此, 采用科学、优质的护理措施以改善医美患者的心理状况, 纠正其错误的认知, 对于提高医疗美容护理质量及患者满意度具有积极意义<sup>[13]</sup>。积极护理元素通过访谈查找积极元素, 分析患者目前的主要健康问题和健康需求, 予以充分的信息支持, 降低其由于信息缺乏产生的疾病不确定感, 纠正患者对于美容效果不实际的幻想, 建立正确的心理预期<sup>[14]</sup>。认知行为干预则通过建立患者之间的联系, 在互相交流中充分激发患者的正向心理, 在其他患者真实的案例中纠正患者对于体貌认知的偏离度, 帮助其建立治

疗信心,以获取最佳治疗效果<sup>[15]</sup>。

本研究结果显示,观察组干预后SRSBI、SAAS、FNE评分均低于对照组( $P<0.05$ ),这一结果证实积极护理元素联合认知行为干预对改善面部整形美容患者的一系列心理问题具有针对性与有效性。研究发现<sup>[16]</sup>,加强认知行为干预,能够减轻患者的焦虑情绪,改善体像障碍状态,建立治疗信心。对于整形美容患者,积极予以有效心理指导尤为重要,其能够缓解患者焦虑程度。积极护理元素通过纠正患者体貌认知偏差,并结合个性化心理支持缓解其外貌相关心理压力;认知行为干预借助同伴案例分享,帮助患者认清医美局限性,降低不切实际的求美预期。二者协同作用,既打破了体像障碍与社交外表焦虑、负面评价恐惧的恶性循环,又缓解了抑郁、焦虑等负面心理症状,与吴敏<sup>[17]</sup>研究结果一致。此外,观察组创面愈合优良率高于对照组( $P<0.05$ )。若患者存在较大的心理负担,则会影响伤口愈合情况,延缓康复进程。黄慧等<sup>[18]</sup>表示,整形美容患者求医心切,负性情绪明显,而良好的心理状态有助于缓解围术期应激反应,从而改善术后恢复效果。观察组患者在积极护理元素联合认知行为干预的全程作用下,体像障碍、社交外表焦虑及负面评价恐惧等负面心理问题得到有效缓解,心理健康水平提升,从而有效规避了负性情绪引发的应激反应对机体造成的一系列不良影响。同时心理健康水平的提升能够提高患者的自我护理意愿,加强遵医行为,从而使得术后创面愈合情况更优异。

综上所述,对面部整形美容者实施积极护理元素联合认知行为干预,可有效缓解其体像障碍,有利于减轻社交外表焦虑、负面评价恐惧等心理问题,对于促进创面愈合具有积极作用。

#### [参考文献]

- [1]徐晨子,翁慧,庞铭,等.整形外科患者体像障碍的研究进展[J].护理学杂志,2024,39(4):122-125.
- [2]王英杰,范利娜,窦茂梅,等.注射美容求美者的容貌焦虑及影响因素[J].中国美容整形外科杂志,2024,35(6):353-356.
- [3]刘小加,王景明,罗明灿,等.医美护理管理结合心理咨  
询干预在整形美容门诊患者中的应用[J].中国美容医学,2020,29(2):152-155.
- [4]陶娜.积极护理元素规范化输出模式在青光眼患者中的应用方法及价值观察[J].中国标准化,2023(20):245-248.
- [5]程蕾,傅巧美,陈婧婧,等.心理社会管理对眼睑整形美容患者术后转归和健康状况的影响[J].中国美容医学,2020,29(9):178-181.
- [6]陈图农,林万贵,陈建国,等.体象量表的信度和效度检验[J].中国心理卫生杂志,2002,16(1):35-38.
- [7]曹呈旭,七十三.简版负面评价恐惧量表在不同性别大学生测量等值性与其结构检验[J].中国健康心理学杂志,2022,30(2):219-222.
- [8]王英杰,陈京立.面部整形美容患者就医心理影响因素的研究进展[J].中国美容整形外科杂志,2023,34(2):128-130.
- [9]李俊霞,关改新,郭敬松.面部整形患者心理特点调查及影响因素[J].中国健康心理学杂志,2022,30(7):993-997.
- [10]李中艳,于琦,海容,等.面部整形患者社交外表焦虑在负面评价恐惧及体像障碍间的中介效应研究[J].中国美容整形外科杂志,2025,36(10):619-623.
- [11]张昊,宁秋芬,张生,等.面部整形青年群体体像障碍现状及其影响因素分析[J].中国医疗美容,2025,15(9):44-48.
- [12]史敬怡,韦欣雨,王礼军.负面评价恐惧与大学生容貌焦虑的关系:功能失调性态度的中介作用[J].中国健康心理学杂志,2023,31(12):1898-1903.
- [13]张艺谋,徐沛琳,刘肇瑞,等.医疗美容门诊咨询者的焦虑症状和人格障碍[J].中国心理卫生杂志,2024,38(3):225-231.
- [14]陈桂花,张建儿,林蔓婷.积极护理元素综合干预法在烧伤后瘢痕瘙痒患者中的应用效果观察[J].中国医学创新,2020,17(13):94-98.
- [15]蔡芳,周敏,周晓倩.认知行为干预结合正面激励对面部瘢痕整形患者心理健康的影响[J].中国美容医学,2022,31(1):149-152.
- [16]温绣茜,李洁琼,霍晓薇,等.基于人文关怀在门诊面部美容整形患者中实施延续性护理的效果评价[J].中国医学伦理学,2015,28(5):808-811.
- [17]吴敏.面部整形患者围术期心理、认知及行为干预护理的临床研究[J].齐齐哈尔医学院学报,2021,42(8):735-737.
- [18]黄慧,徐扬阳,李艳华.健康教育联合语言沟通对整形美容患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2021,27(24):164-166.

收稿日期:2026-2-5 编辑:扶田