

盆底康复治疗对产妇的影响

吴巧琳

云南省第一人民医院昆明理工大学附属医院产科 云南昆明

【摘要】目的 分析盆底康复治疗对产妇盆底肌恢复的影响。**方法** 选取时间段为2019.6月~2020.6月期间,于我院产科中进行胎儿分娩的产妇共计84例,将其作为本次实验的研究对象,并在入组后根据产后治疗措施的不同进行分组,一组为实施常规产后康复的对照组,一组为实施盆底康复治疗的观察组,每组产妇均为42例,将两组产妇在不同治疗措施下的盆底肌肌力恢复效果和并发症发生率进行对比分析。**结果** 对比两组产妇的盆底肌肌力恢复效果,观察组优良率为95.23%,对照组优良率为78.57%,观察组明显优于对照组, ($P < 0.05$)。此外,对比两组患者的并发症发生率,观察组为4.76%,对照组为23.80%,观察组明显优于对照组, ($P < 0.05$)。**结论** 通过对产妇实施盆底康复治疗,能够促进其盆底肌肌力的恢复,且有助于产后并发症的发生率减少,具有较高的应用价值。

【关键词】 产妇; 盆底康复治疗; 产后康复; 盆底肌恢复效果

The effect of pelvic floor rehabilitation on the parturient

Qiaolin Wu

Department of Obstetrics, Affiliated Hospital of Kunming University of Science and Technology,
First People's Hospital of Yunnan Province, Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective: To analyze the effect of pelvic floor rehabilitation on the recovery of pelvic floor muscles of parturients. **Methods:** The selected time period is from June 2019 to June 2020. A total of 84 parturients undergoing fetal delivery in the obstetrics department of our hospital are selected as the research object of this experiment and grouped according to different postpartum treatment measures after enrollment. One group is the control group for routine postpartum rehabilitation, and the other is the observation group for pelvic floor rehabilitation. There are 42 women in each group. The pelvic floor muscle strength recovery effects of the two groups of women under different treatment measures are compared. The complication rate was compared and analyzed. **Results:** Comparing the recovery effect of pelvic floor muscle strength between the two groups of parturients, the excellent and good rate of the observation group was 95.23%, and the excellent and good rate of the control group was 78.57%. The observation group was significantly better than the control group ($P < 0.05$). In addition, comparing the incidence of complications between the two groups of patients, the observation group was 4.76% and the control group was 23.80%. The observation group was significantly better than the control group ($P < 0.05$). **Conclusion:** The implementation of pelvic floor rehabilitation therapy for parturients can promote the recovery of their pelvic floor muscle strength and help reduce the incidence of postpartum complications, which has high application value.

【Keywords】 Parturient; Pelvic Floor Rehabilitation; Postpartum Rehabilitation; Pelvic Floor Muscle Recovery Effect

前言

盆底肌功能障碍是产后最常见的并发症,主要是由于在分娩过程中对盆底肌造成损伤所形成大,

临床症状最常见的为压力性尿失禁,甚至还有部分产妇会发生子宫脱垂,不仅对产妇的生活造成影响,还会诱发产后抑郁的发生,不利于产妇的身体恢复。

所以,为了促进产妇的身体尽快恢复,可以在分娩后对其实施盆底康复治疗,以改善盆底肌肌力,促进产妇的身体恢复。基于此,本次实验将对盆底康复治疗对产妇盆底肌恢复的影响进行对比分析,具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次实验将选取我院产科中 84 例产妇作为研究对象,纳入时间为 2019.6 月~2020.6 月,在入组后采用随机数表法分为对照组和观察组,每组产妇均为 42 例。本次实验已获得医院伦理委员会批准,经沟通后所有产妇均为自愿参与实验,并签署知情同意书,符合入组标准。对照组中,有初产妇 29 例、经产妇 13 例,年龄区间 20~37 岁,平均年龄为(28.15±2.35)岁;观察组中,有初产妇 23 例、经产妇 19 例,年龄区间 21~35 岁,平均年龄为(27.62±1.43)岁;对比两组产妇的一般资料,数据差异不具有统计学意义,($P>0.05$),可以进行对比分析。

1.2 方法

1.2.1 治疗

给予对照组产妇常规的产后康复指导,即包括了会阴部肌肉、尿道口的放松收缩训练等;观察组产妇则是在此基础上实施盆底康复治疗,主要包括了生物反馈和电刺激。首先,需要在治疗前指导产妇排空膀胱,平躺于治疗床上,放松身体,若产妇出现紧张、恐惧等情绪,则需要护理人员进行心理疏导,消除患者的紧张情绪,使其能够适应周边的环境。之后,护理人员需要对产妇的腹部和阴道情况进行评估,并根据产妇的实际状况来制定出相应的康复治疗计划^[1]。在确定训练计划后,则需要使用生物反馈治疗仪,设定合适的电极长度来进行治疗,并根据产妇的反馈来适当调整治疗仪的强度,以确保治疗的有效性。一般情况下,每次治疗时间需要在 15~20 分钟左右为宜,每周需治疗 2 次,连续治疗 3 个月即为 1 个疗程。

1.2.2 护理

在对产妇实施盆底康复治疗期间,需要注重对产妇的护理干预,以确保治疗的顺利进行,提高治疗有效率。首先,需要进行健康宣教,将盆底康复治疗的重要性、注意事项和不良反应等告知产妇,以提高产妇对治疗的正确认知度,获取产妇的信任,

有助于治疗积极性和主动性的提高^[2]。其次,需要加强对产妇的心理护理,由于分娩后产妇体内的激素水平会有较大幅度的波动,进而更加容易出现产后抑郁等症状,护理人员则需要加强与产妇的交流,对其进行针对性的开导,使产妇可以尽快适应自身角色的转变,做好当妈妈的准备。同时,需要注重对产妇的关心和爱护,指导产妇家属多陪伴产妇,使其的安全和归属感得到满足^[3]。再次,分娩后护理人员需要为产妇制定出科学合理的康复计划,指导产妇早期下床活动,并根据自身的身体状况来设定合适的活动项目和活动时间,以促进身体的恢复。最后,需要为产妇制定科学合理的饮食计划,以补充蛋白质和维生素为主,减少对辛辣刺激食物的摄入,多吃水果和蔬菜。

1.3 观察指标

将不同治疗措施下两组产妇的盆底肌肌力恢复效果和并发症发生率作为本次实验的观察指标。肌力恢复效果可分为优、良、差,其中优为治疗后盆底肌肌力恢复至正常状态;良指的是治疗后盆底肌肌力有明显的改善;差指的是治疗后无明显改善。

1.4 统计学处理

本次实验中对照组和观察组产妇的各方面数据均使用统计学软件 SPSS22.0 进行分析和处理,以(%)表示为盆底肌肌力恢复优良率和并发症发生率,经 X^2 值检验后,以($P<0.05$),表示为数据差异显著,有统计学意义。

2 结果

2.1 (见表 1)

表 1 两组患者盆底肌肌力恢复效果对比 (%)

组别	例数	优	良	差	优良率
观察组	42	34	6	2	95.23%
对照组	42	25	8	9	78.57%
X^2 值					15.4627
P 值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

据表 1 可知,实施盆底康复治疗的观察组产妇,其盆底肌肌力恢复优良率为 95.23%,实施常规产后康复分对照组产妇,其盆底肌肌力恢复优良率为 78.57%,观察组明显更佳, ($P<0.05$)。

2.2 (见表 2)

据表 2 可知,对比两组产妇的并发症发生率,

观察组产妇明显低于对照组产妇, ($P < 0.05$)。

表 2 两组患者并发症发生率对比 (%)

组别	例数	子宫脱垂	压力性尿失禁	总发生率
观察组	42	1	1	2 (4.76)
对照组	42	4	6	10 (23.80)
X^2 值				16.6282
P 值		<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

对于女性来说, 盆底肌肉主要是起到对阴道和尿道的支撑作用, 而在怀孕和分娩的过程中, 随着胎儿的生长子宫会逐渐的增大, 腹腔压力对盆底组织的压迫也会增加, 进而在持续的压迫、牵拉下会导致盆底肌肉的松弛^[4]。而在分娩后, 腹腔体积迅速缩小, 但盆底肌肉仍然处在松弛的状态, 如果不及及时进行肌肉锻炼, 则会造成子宫脱垂、压力性尿失禁等并发症的发生^[5]。而在传统的产后护理中, 产妇在分娩后会进行常规的盆底功能锻炼, 虽然能够有一定的改善, 但治疗效果并不显著^[6]。因此, 为了促进产妇的盆底肌恢复, 可以对其实施盆底康复治疗措施, 即借助生物反馈仪来查看产妇的盆底肌状况, 并使用电刺激来改善盆底肌的肌群状况, 促进盆底肌的收缩, 改善产妇在产后出现的子宫脱垂和尿失禁等状况^[7]。

根据本次实验结果可知, 对比两组产妇的盆底肌肌力恢复效果, 观察组优、良、差的例数分别为 34 例、6 例、2 例, 优良率为 95.23%; 对照组优、良、差的例数分别为 28 例、8 例、9 例, 优良率为 78.57%; 观察组产妇的盆底肌肌力恢复效果明显更佳, ($P < 0.05$), 具有统计学意义。其次, 对比两组产妇的并发症发生情况, 观察组共发生 2 例并发症, 即 1 例子宫脱垂和 1 例压力性尿失禁, 发生率为 4.76%; 对照组共发生 10 例并发症, 即 4 例子宫脱垂和 6 例压力性尿失禁, 发生率为 23.80%; 观察组明显优于对照组, ($P < 0.05$), 具有统计学意义。

由此可知, 针对于分娩后的产妇, 为了促进其盆底肌肌力的恢复, 加快身体的康复速度, 可以对其实施盆底康复治疗措施, 同时还有助于减少产后

并发症的发生, 具有较高的应用价值, 值得进行临床推广和应用。

参考文献

- [1] 朱莉,陈玲萍,张盼兮,祁锋. 早期盆底肌康复治疗对不同分娩方式产妇产后盆底康复、性功能的影响比较[J]. 中国基层医药,2019,24:2957-2960.
- [2] 郑惠容,成金焕,王丽,邹文花. 护理干预对初产妇产后心理状况及盆底康复护理依从性的影响[J]. 齐齐哈尔医学院学报,2015,15:2306-2307.
- [3] 罗以恒,贾国伟,林松泉,赖香梅. 产妇接受早期盆底康复治疗对产后 42 d 超声检查的影响[J]. 中国现代药物应用,2018,08:178-179.
- [4] 许楠,邱丽花,宋芹香. 产后盆底康复护理对女性脏器脱垂与尿失禁改善情况的影响[J]. 内蒙古医学杂志,2018,10:1249-1250.
- [5] 梅露. 探讨妊娠和分娩对于产妇盆底功能的影响以及采取早期盆底康复治疗对患者的治疗效果[J]. 临床医药文献电子杂志,2019,57:77.
- [6] 邱丽萍,张晓兴,李琼珊. 第二产程时长对产妇盆底功能影响的调查研究及产后早期康复治疗的疗效评估[J]. 现代实用医学,2019,11:1484-1486.
- [7] 黄琼,潘斯,魏红,郑艳丽. 生物反馈电刺激治疗联合康复护理对经阴道分娩产妇产后焦虑抑郁及盆底功能的影响[J]. 护理实践与研究,2020,13:117-118.

收稿日期: 2020 年 10 月 1 日

出刊日期: 2020 年 11 月 2 日

引用本文: 吴巧琳, 盆底康复治疗对产妇的影响[J]. 国际护理学研究, 2020, 2(6): 818-820.

DOI: 10.12208/j.ijnr.20200255

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2020 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。 <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS