

“磁+电”刺激疗法对产后盆底功能障碍患者康复的重要性探讨

程 红

阜阳职业技术学院 安徽阜阳 236031

摘 要: 怀孕和生产对女性的生理和心理的影响非常大,甚至会带来一定的伤害,其中生理影响最大,尤其对于女性盆底肌的伤害更大,随着怀孕周期的增大,胎儿逐渐发育成熟,盆底肌肉承受的压力也会越来越大,进而会降低肌张力,并在生产过程中,因产道的扩张,进一步加重盆底肌肉的损伤程度,增加女性盆底功能障碍发生率。而盆底功能障碍的出现会致使产妇出现子宫脱垂、尿失禁等症状,严重影响了女性的生活质量。本项目通过开展“磁+电”刺激疗法研究对盆底功能康复的效果,为该疗法在本地区的推广应用提供理论依据,减轻盆底功能障碍给女性生活质量带来的负面影响。

关键词: 女性盆底功能障碍;“磁+电”刺激;疗法

Discussion on the importance of "magnetic + electric" stimulation therapy for rehabilitation of postpartum patients with pelvic floor dysfunction

Hong Cheng

Fuyang Vocational and Technical College, Fuyang City, Anhui Province,236031

Abstract: Pregnancy and childbirth have significant physiological and psychological effects on women, and they can even cause certain harm. Among these effects, the physiological impact is the greatest, particularly with regard to the damage to the female pelvic floor muscles. As the pregnancy progresses and the fetus develops, the pelvic floor muscles bear increasing pressure, leading to a decrease in muscle tone. During the birthing process, the dilation of the birth canal further exacerbates the damage to the pelvic floor muscles, increasing the incidence of female pelvic floor dysfunction. The occurrence of pelvic floor dysfunction can result in symptoms such as uterine prolapse and urinary incontinence, significantly impacting the quality of life for women. This project aims to study the effectiveness of "magnetic + electrical" stimulation therapy in pelvic floor rehabilitation, providing a theoretical basis for the promotion and application of this therapy in the local area. The goal is to alleviate the negative impact of pelvic floor dysfunction on women's quality of life.

Keywords: female pelvic floor dysfunction; "magnetic + electric" stimulation; therapy

产后盆底功能障碍性疾病是由于怀孕和生产造成女性盆底功能松弛、损伤、结构和功能障碍而引起的一类疾病,该病会导致患者出现压力性尿失禁和大便失禁、盆腔脏器脱垂以及性功能异常。患者非常痛苦,此病在产后的 2 个月之内最为严重,有研究表明,产后压力性尿失禁的发病率高达 12%,产后 2 个月内盆腔脏器脱垂的发病率高达 46.89%,产后压力性尿失禁和盆腔脏器脱垂也是产后盆底功能障碍性疾病的相关危险因素,怀孕和生产导致的压力性尿失禁的发病率是正常患者的 4 倍。

一、开展“磁+电”刺激疗法的必要性

产后压力性尿失禁患者表现为尿急、尿频、夜尿增多和急迫性尿失禁,患者常主诉还没跑到卫生间就憋不住尿而尿湿了裤子,有部分患者伴有腹痛、脓尿和血尿,产后压力性尿失禁常在腹压增加时发生,如咳嗽、打喷嚏,屏气等;大便失禁表现为不能自主控制排便和排气;盆腔脏器脱垂患者

表现为阴道有组织物脱出、阴道疼痛、盆腔疼痛及坠痛;性功能异常患者主诉性交痛、性欲低、性生活满意度低等表现。以上症状多同时发生,极大的影响女性的生理和心理健康,甚至影响女性的生活品质,因此对产后盆底功能障碍性疾病的治疗效果的研究具有很重要的社会意义。

怀孕和生产是要做妈妈的女性必须经历的生理过程,这个过程是造成盆底功能障碍性疾病的最重要的危险因素。怀孕和胎儿娩出的过程会使女性的盆底功能发生很大的变化,主要表现在怀孕期间子宫对盆底肌肉、神经的牵拉而造成的损伤;胎儿娩出过程中,盆底肌肉因压力过大而造成的损伤;孕期体重增加和生产时产钳等因素造成的损伤。值得庆幸的是,怀孕和生产对盆底功能的损伤是可以修复的,如果女性在产后能够较早进行“磁+电”刺激疗法并主动的进行盆底康复训练,能够大大改善生活质量,减轻和治疗由于盆底功能障碍而引起的一系列问题。所以要提早让产后患者进行“磁

+电”刺激疗法,同时配合主动功能锻炼、阴道哑铃锻炼能收到良好的效果。盆底肌功能锻炼不受时间和地点的限制,随时可进行锻炼,但是盆底功能锻炼枯燥乏味、很多人不能长期坚持,会导致功亏一篑的现象,所以,作为医务人员要及时监督和提醒患者按时锻炼、坚持才能改善盆底功能障碍的现状。生物反馈法具有无痛、无创、无副作用、易于掌握的优点,是患者乐于接受的疗法;电刺激可唤醒阴部神经,增强神经的反射性,可诱导尿道治疗性的反应或者调节盆底功能异常,并有效地控制尿道括约肌的关闭功能,对于改善分娩引起的盆底组织去神经损害具有良好的效果。

目前我国主要受国人的经济因素和文化因素的影响,产后盆底康复治疗处于起步发展阶段,治疗还没有规范统一的标准。近年来,生物反馈“磁+电”刺激疗法在临床的应用比较广泛,且疗效最为显著,文献报道该种治疗方法的总有效率高达90%。其作用机制是“磁+电”刺激唤醒会阴部神经,提高神经的应对能力,并且括约肌的关闭功能也得到很好的调节,从而控制膀胱的运动功能;“磁+电”刺激增加会阴部肌肉的反应能力,促进盆底功能的恢复;“磁+电”刺激降低膀胱的过度活动,促进膀胱功能的恢复。临床效果观察,联合治疗的效果要优于单一治疗,且副作用小,值得推广。

二、开展“磁+电”刺激疗法,提高患者生活质量

目前临床资料显示,产后盆底功能障碍性疾病的发病率有逐渐上升的趋势,全球围绝经期女性的发病率高达16%,但是,很对女性对于这个疾病的发生、发展、认知、结局却了解甚少^[1-3]。很多女性由于受到怀孕、生产、体重增加。分娩次数增多等因素的影响,盆底功能受到很多的创伤,加之对这个疾病认识不足,常常不能及时就医,耽误最佳治疗时间^[4]。美国健康调查显示,尿失禁、便失禁及盆腔器官脱垂症状在20岁及以上年轻女性中的发生率为23.7%,在80岁及以上老年女性中的发生率高达49.7%;预计到2050年,产后盆底功能障碍性疾病治疗费用将由2.81亿上升至4.38亿美元^[5-6]。有研究显示,国内有三分之一的女性患病,尤其是老年女性患者,很多人认为这不是病,没有及时到医院就诊,严重影响患者的生活质量^[7]。孕妇对盆底功能障碍的认知也存在缺陷,很多人只是单纯的认为怀孕和生产会导致发病,但对于疾病的其他影响因素认识很少,也不知道这个疾病的不良结局是什么^[8],很多人对疾病的了解是从长辈口中获得的,可以说盆底功能障碍性疾病已成为比较严重的社会问题。

三、开展“磁+电”刺激疗法,减轻女性“社交癌”症状

女性盆底支持系统由肌肉、筋膜、韧带和神经等组织构成,这些组织的主要作用是维持膀胱的功能位和子宫等盆腔脏器的功能位,控制排便、排尿和维持阴道的缩紧度,正常状态下,腹部肌肉和盆腔肌肉能保持正常的收缩协调性,从而控制盆腔脏器及其组织稳定性,与会阴肌共同参与女性性功能性和性反应^[9]。根据肌肉收缩类型和作用,将盆底肌纤维分为盆底I类肌纤维和II类肌纤维,I类肌纤维为慢收缩纤维,其收缩特点是不易疲劳、长而持久,同时具有强直性,能够固定盆腔脏器处于正常位置,增加阴道的紧缩度;II类肌纤维为快收缩纤维,其收缩特点是收缩既短又快、易疲劳、具有阶段性,快收缩纤维能够控制排便和排尿,维持正常的性功能,维持盆腔脏器的自主收缩和反射^[10-11]。女性盆底肌肉组织还与性生活、性感受与体内激素分泌具有很大的关系,产后盆底功能障碍性疾病的患者在一定程度上影响这女性的激素分泌和性感受,在一定程度上影响夫妻性生活质量甚至影响家庭和谐^[12],对女性身心健康造成非常痛苦的负面影响。

“不痛不痒不致命,但时不时会漏尿,总穿不了干净的裤子”,对于重度漏尿的患者不能自主的控制尿液溢出,患者常常需要佩戴尿垫,身上经常伴有尿骚味,异味会让她们不好意思站着别人面前,担心出丑,产生严重的心理障碍,丧失自信心,所以她们会减少应酬,长此以往,就会造成社交障碍,甚至与社会隔绝。这些病症已经成为越来越多中年女性的难言之隐,严重影响她们的生活质量,而且妨碍女性的工作和社会活动,被称为“社交癌”。再加上目前我国专业性咨询和治疗服务机构很少,对产后盆底功能障碍性疾病预防、治疗的知识宣传不够,进而导致产后盆底功能障碍性疾病患者出现焦虑、自卑、孤独、人际关系恶化等。

四、开展“磁+电”刺激疗法的效果分析

Meta分析表明^[13],开展“磁+电”刺激疗法治疗女性盆底功能障碍效果显著。

Meyer^[14]等的分析结果,生育后2个月就开始进行“磁+电”刺激疗法治疗能够显著减轻临床症状,如何配合锻炼对治疗尿失禁效果明显。敖梅红等^[15]的分析表明开展“磁+电”刺激疗法治疗结合盆底肌锻炼能够提高女性的性生活满意度。黄健等^[16]研究结果显示产后2个月内开始进行“磁+电”刺激疗法治疗能够提升盆底肌肉张力和应答能力。赖俏红^[17]等的研究结果显示“磁+电”刺激疗法治疗能够提升产后性

生活质量。张斌等^[18]观察结果显示经阴道分娩的产妇在经过6个月的“磁+电”刺激疗法后盆底肌力评估优于剖宫产产妇。蒋红^[19]等的研究表明经阴道分娩后和选择性剖宫产后盆底肌力均可得到明显改善,但未对两组疗效进行量化比较,Koh CE 等^[20]的研究结果与此一致。研究显示,“磁+电”联合刺激疗法可显著提高肌力,改善脱垂^[21]。

参考文献:

[1] Senekjianl,Heintzk,Egger NJ,etal.Dowomen under standur-ogyne coloficter minolgy?[J].Female Pelvic Med Re constr Surg,2011,17(5):215-217.

[2] Anger JT, Lee UJ, Mittal BM, et al. Health liter racy and disease undet standing a mongaging women weith hpel vie floor disorders[J].Female Pelvic Med Reconstr Surg,2012,18(6):340-343.

[3] Coolen JC, Florisson JM, Bissenttip, et al. Evaluation of knowledge and anxiety level of patients visiting the col or ectal pelvic floor clin-ic[J].Color ectal Dis,2006,8(3):208-211.

[4] Neels H, Tjalma WA, Wyndaele JJ, et al. Knowl edge e ofthe pelvic floor in menopausal women and in peripartu m wome[J].J Phys The rsci,2016,28(11):3020-3029.

[5] Nygaardl ,Barber MD,Burgio KL,etal.Preva lence of symptom-atic pelvic floor disordersin US women[J].JAM A,2008,300(11):1311-1316.

[6] WUJM,Kawasaki A,Hundley AF,etal.Prdeicting the number of women who will under go in continence and prolapse surgery,2010 to 2050[J].Am JO bstet Gynecol,2011, 205(3):230-231.

[7] 段继宏, 杨晨, 吴士良, 等.北京地区尿失禁发病率调查 [J] 北京医科大学学报, 2000,32 (6):74-75.

[8] 付泽明.孕妇对盆底功能障碍性疾病的认知调查[J] 中国城乡企业卫生, 2014, 4(2): 148-149.

[9] 孙智晶, 朱兰, 郎景和, 等.产后盆底康复锻炼对女性盆底功能障碍性疾病的预防作用 [J] .中华妇产科杂志, 2015, 50(6):420-427.

[10] 魏玮, 周桃梅, 石晓敏.产褥期盆底肌肌力筛查及相关因素分析 [J] .中国妇幼保健, 2017, 32(3):462-464.

[11] 陈翠兰. 产后早期盆底肌康复治疗对产妇近期盆底功能的影响[J].中国计划生育和妇产科, 2015, 7(11):46-49.

[12] 张荣玲, 王秋菊, 赵桂凤, 等.产后盆底康复锻炼对女性盆底功能障碍性疾病相关研究 [J] .中华保健医学杂志, 2015, 17 (6):469-472.

[13] 谢佳, 武子先, 刘立伟等.电刺激联合生物反馈治疗产后尿失禁疗效观察[J].临床合理用药杂志,2012,02:137.

[14] Meyers.Pelvicfloorededucation after vaginal delivery[J].Obstet Gynecol , 2001,97 (5Pt1):673-677

[15] 敖梅红, 张倩平, 黄敏等.盆底肌电刺激联合生物反馈盆底肌训练后性功能评定观察 [J]. 现代妇产科进展,2012,08:634-636.

[16] 黄健, 丁岩, 陈丽梅等.生物反馈电刺激治疗产后盆底肌力减退的疗效评估[J]. 中国妇幼保健, 2013,03:547-550.

[17] 赖俏红, 黄惠芳.120 例产后盆底康复治疗的临床效果观察[J]. 当代医学,2011,25:7-8.

[18] 张斌, 王素珍, 黄健.生物电刺激治疗不同分娩方式产后盆底肌力减退的比较研究 [J]. 实用妇产科杂志,2012,10:849-852.

[19] 蒋红.产后盆底肌电刺激对不同分娩方式盆底肌力近期疗效观察[J].实用妇产科杂志.实用妇产科杂志 2012, 02:145-147.

[20] Oh CE, Young CJ, Young JM, et al.Systematic review of randomized controlled trials of the effectiveness of biofeedback for pelvicfloordys-function[J].BrJ Surg,2008,95(9):1079-1087.

[21] 吕小娟, 张琳, 唐佳松. 磁电联合治疗绝经后女性盆腔器官脱垂的临床疗效观 [J]. 中国老年杂志,2020,40(11):2381-2385.DOI:10.3969/j.issn.1005-9202.2020. 11.043

基金项目: 2021 年度校级科研项目 (2021KYXM09);

2022 年校级优秀人才项目(2022rczy0004)

2021 年度安徽高校自然科学研究项目 (KJ2021A1350);

2020 年度校级质量工程项目: (2020SJJYJD01)

通讯作者简介: 程 红 (1982.12.02), 女, 安徽阜阳人, 硕士, 副教授, 研究方向: 妇女保健