

护理干预对产妇产后盆底肌肉康复治疗盆底肌力的影响

罗 军

贵州医科大学附属医院妇科病房, 贵州 贵阳 550004

摘要: 目的: 探讨护理干预对产妇产后盆底肌肉康复治疗盆底肌力的影响。方法: 随机选取我院妇产科收治的具有盆底功能障碍的产妇共 82 例, 作为本次研究的对象, 在对产妇进行治疗的时候, 主要使用盆底肌肉训练的方式, 在对患者进行治疗之后, 对患者实施必要的护理干预, 对两组患者护理干预前后的相关治疗效果加以比较分析。结果: 在对患者进行治疗之前, 在 2 级及以上的患者有 20 名, 对患者治疗之后, 在 2 级及以上的产妇有 70 名, 两种类型的患者比较差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。通过对患者进行必要护理干预之后, 其中可以发现, 患者中有 1 名产妇具有盆底肌肉松弛的现象, 同时其中有 1 名产妇具有压力性尿失禁的现象, 而其余的产妇已经不断恢复正常, 产妇出现盆底功能障碍的几率为 2.4%, 其差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。结论: 在对产后盆底功能障碍产妇进行治疗的过程中, 对其实施早期的盆底肌肉康复护理干预的方式, 能够有效对患者的盆底功能加以增强, 对产妇产后并发症发生率不断降低, 对产妇的生活质量有效提升。

关键词: 护理干预; 产妇产后盆底肌肉; 康复治疗; 盆底肌力

女性盆底功能障碍是比较常见的妇科疾病中一种, 这种疾病的发生主要是由于各种原因所引发的, 使得产妇的盆底功能出现减退的情况, 这一疾病患者的主要临床表现为压力性尿失禁和盆腔器官脱垂等症状, 对产妇产后的相关生活质量产生比较严重的影响。根据相关的研究能够有效发现, 盆底肌肉康复训练的方式, 可以有效对产妇的盆底功能加以改善, 对患者康复的效果逐渐提升, 在患者进行康复治疗之后, 对患者实施护理干预可以对患者的康复治疗提供必要的保障^[1-2]。为了探讨和研究护理干预对盆底肌肉康复训练产妇的相关治疗效果, 现选取我院妇产科收治的具有盆底功能障碍的产妇共 82 例加以研究, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

随机选取我院 2018 年 1 月至 2020 年 2 月我院妇产科收治的具有盆底功能障碍的产妇共 82 例, 作为本次研究的对象, 其主要纳入标准为, 其中所有的患者都需要和女性盆底功能障碍性疾病的具体诊断标准相符合, 并且也需要经过患者和患者家属的统一进行相关护理干预保障书签署。患者的排除标准为患有精神障碍性疾病和其他传染性疾病等。所选取的患者年龄主要处于 22-40 岁之间, 患者的平均年龄为 (30.2 ± 1.1) 岁。这些患者中, 具有 41 名产妇具有盆底肌肉松弛的症状, 同时具有 25 名患者具有压力性尿失禁的症状, 还具有 6 名患者会出现盆腔脏器脱垂的现象, 另外具有 10 名产妇出现盆腔痛的症状。

1.2 方法

对患者进行盆底肌肉康复训练的方式, 需要所有患者进行盆底肌肉康复治疗治疗的方式加以必要治疗, 同时需要根据患者自身的实际病情进行针对性和个性化的治疗方案制定。在对患者进行有效治疗的过程中, 需要在对长度进行盆底康复训练的过程中, 利用神经肌肉刺激治疗仪的方式对产妇实施治疗, 对产妇进行必要训练的内容中包括电刺激和生物反馈等治疗方式。在对患者进行治疗的时间大约在 15-30 分钟之间, 每周需要对患者进行 1-2 次的治疗, 共需要对患者治疗 10 次。在对产妇进行有效护理措施加以护理的过程中, 需要对产妇进行定期盆底功能康复教育讲座开展, 并且需要对产妇进行盆底肌肉训练的重要性的相关知识内容讲解, 对患者的运动训练不断加强指导, 同时需要对患者进行具体的运动方式和其中相关注意事项讲解, 促使产妇对其中相关专业内容进行了解。对产妇在运动训练过程中所遇到的问题进行耐心解答。对产妇的生活方式和饮食方式进行必要知道, 同时需要避免其中出现负重的情况, 禁止产妇在恢复初期出现体力劳动的现象, 选产妇进行适当休息, 但是也不能够久坐和久蹲, 避免造成患者腹部压力的产生。对产妇饮食知道, 注重产妇的营养加强, 也需要产妇在恢复中禁烟酒和辛辣刺激食物。在对产妇进行盆底肌肉训练中, 需要对产

妇的指导不断加强。在对产妇进行运动训练的之后, 需要产妇进行仰卧位的方式进行训练, 同时产妇的双腿需要稍微分开, 并且进行呼吸训练, 还需要产妇进行动作重复, 根据产妇自身的情况进行动作增加, 需要产妇坚持进行训练, 并且对产妇的训练进行实施观察和有效分析记录。

1.3 统计学分析

使用统计学软件 SPSS1 6.0 对本次研究中, 产妇的具体恢复情况和其中相关数据资料内容进行统计学分析处理, 其具体的数据治疗之间比较差异以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

恢复效果比较明显, 治疗前后患者比较差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。通过对患者进行必要护理干预之后, 其中可以发现, 患者中有 1 名产妇具有盆底肌肉松弛的现象, 同时其中有 1 名产妇具有压力性尿失禁的现象, 而其余的产妇已经不断恢复正常, 产妇出现盆底功能障碍的几率为 2.4%, ($p < 0.05$)。

表 1 治疗前后产妇盆底肌力恢复情况

组别	0 级	1 级	2 级	3 级
治疗前	16	46	20	0
治疗后	0	12	15	65

3 结论

女性盆底功能障碍是比较常见的妇科疾病中一种, 这种疾病的发生主要是由于各种原因所引发的, 使得产妇的盆底功能出现减退的情况, 女性盆底功能障碍主要包括产妇的盆底肌肉和韧带损伤性疾病, 使得产妇由于出现盆底功能障碍的情况, 而出现压力性尿失禁和患者盆腔器官脱垂的症状出现, 对产妇造成比较大的痛苦^[3]。产后盆底肌肉康复训练已经逐渐作为一种物理的形式对产妇的康复治疗进行必要辅助, 这种方式具有增加生物反馈的功能, 同时具有无创和无痛等特点, 产后的盆底康复训练对产妇的盆底肌肉功能具有比较重要的恢复作用, 对患者进行盆底肌肉康复训练的方式, 需要所有患者进行盆底肌肉康复治疗治疗的方式加以必要治疗, 同时需要根据患者自身的实际病情进行针对性和个性化的治疗方案制定, 这种治疗方式对于脏器的脱垂的预防具有一定价值, 但是在对产妇的康复治疗中, 需要对产妇实施具有针对性特点的护理方式, 使其能够进行针对性的护理措施实施, 从而对产妇产后的生活质量加以有效改善。在本次的研究中, 通过对产后产妇实施具有针对性的护理干预方式, 对产妇进行相关的盆底肌肉训练, 同时还需要对产妇实施电刺激的方式对产妇进行有效护理, 同时对产妇进行必要的健康教育, 对产妇进行全面化的产后护理, 促使产妇子宫出现脱垂的现象, 防止产妇出现由于生育而产生的并发症, 对产妇产后盆底肌肉的能力进行有效提升^[3]。

综上所述,结合本次研究结果,在对产后盆底功能障碍产妇进行治疗的过程中,对其实施早期的盆底肌肉康复护理干预的方式,能够有效对患者的盆底功能加以增强,对产妇产后并发症发生率不断降低,对产妇的生活质量有效提升。

参考文献

[1]刘婷.盆底肌肉康复器联合常规产后盆底康复训练对产妇产后盆底肌力的影响[J].医疗装备,2020,33(03):193-194.

[2]陈穗君,彭来勤.产后盆底康复仪联合盆底肌训练对产妇产盆底肌肉张力与盆底功能的影响[J].华夏医学,2019,32(03):60-63.

[3]凌采芹.产后不同时期盆底康复治疗对产妇产盆底肌肉肌力影响评估[J].黑龙江医学,2019,43(05):464-465.