

对不同人群接受盆底康复知识的调查研究

彭娜¹ 张婕²

1. 长治医学院附属和济医院 山西 长治 046000

2. 长治医学院 山西 长治 046000

【摘要】目的: 调查研究不同人群对盆底康复知识的了解接受情况。方法: 这一项研究采用调查问卷研究法进行实验分析, 在 2022 年 1 月至 2022 年 12 月之间, 选择部分女性作为研究对象, 为研究对象实施盆底康复知识健康教育, 比较不同研究对象接受健康教育前后, 对盆底康复知识的掌握情况。结果: (1) 在盆底康复知识了解情况方面, 接受健康教育后, 研究对象对各项知识的了解更加全面, 与对健康教育之前相比差异显著, 高学历人群对盆底康复知识更加了解 ($p < 0.05$); (2) 对盆底康复知识的需求情况方面, 接受健康教育后, 研究对象希望了解疾病相关知识的人数明显增加, 与对健康教育之前相比差异显著 ($p < 0.05$); (3) 对于盆底康复知识的知晓率, 在实施健康教育之前, 低学历女性低于高学历女性, 差异显著 ($p < 0.05$), 在实施健康教育之后, 两类女性的知晓率不存在显著差异 ($p > 0.05$)。结论: 为女性实施盆底康复知识的健康教育, 可以显著提升不同女性对于相关知识的了解程度。

【关键词】 不同人群; 盆底康复知识; 健康教育

A Survey on Knowledge of Pelvic Floor Rehabilitation among Different Populations

Na Peng¹, Jie Zhang²

1. Changzhi Medical College Affiliated Heji Hospital Shanxi Changzhi 046000

2. Changzhi Medical College Shanxi Changzhi 046000

Abstract: Objective: To investigate the acceptance of pelvic floor rehabilitation knowledge in different populations. Methods: This study used the questionnaire research method for experimental analysis, and from January 2022 to December 2022, some women were selected as the study subjects to implement pelvic floor rehabilitation knowledge health education for the study subjects, and the mastery of pelvic floor rehabilitation knowledge before and after different study subjects received health education was compared. Results: (1) In terms of pelvic floor rehabilitation knowledge, after receiving health education, the study subjects had a more comprehensive understanding of various knowledge, and the difference was significant compared with before health education. The demand for pelvic floor rehabilitation knowledge among highly educated people ($p < 0.05$); (2) After receiving health education, the number of study subjects wishing to understand disease-related knowledge increased significantly, and compared with before health education ($p < 0.05$); (3) The awareness rate of pelvic floor rehabilitation knowledge was significantly different ($p < 0.05$) than that of women with high education before the implementation of health education, and there was no significant difference in the awareness rate of the two types of women after the implementation of health education ($p > 0.05$). Results: Health education on pelvic floor rehabilitation for women can significantly improve the understanding of different women.

Keywords: Different groups of people; Pelvic floor rehabilitation knowledge; Health education

妇女的骨盆功能障碍 (FPFD) 主要以压力性尿失禁、骨盆器官脱垂等一系列的骨盆损害和缺陷为主要特征, 它是一种对妇女的日常生活造成很大的危害的常见疾病^[1]。目前, 我国近 1/3 的妇女患有盆底功能异常症, 在严重威胁妇女的生命健康的疾病中, 女性盆底功能障碍性疾病是五大主要慢性病之一^[2]。在医疗卫生事业的不断发展中, 这种疾病得到了越来越多的关注, 在实施盆底保健中, 健康教育已经成为一项重要的工作。为了研究不同文化水平妇女对盆底基础知识的认知水平, 以及实施健康教育对女性掌握盆底基础知识的影响, 我们特意设计了调查问卷, 现将调查结果报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

向所有的试验对象及其家属说明具体的过程和预期的

结果, 并且要遵循公平公开的基本原则来进行试验, 患者签订试验同意书。在 2022 年 1 月 -2022 年 12 月间期间选取研究对象, 所有研究对象均为本市常住人口, 年龄集中在 25-27 岁之间, 在文化程度方面, 高中以下、高中和大专、本科及以上分别有 45 例、33 例、22 例, 其中将高中以下的研究对象归属于低学历组、高中及以上为高学历组。

1.2 方法

采用问卷调查法, 进行盆底康复知识问卷调查。内容包括三部分。第一部分盆底康复知识了解情况: 相关知识了解情况, 包括盆底肌康复治疗的目的、康复治疗的意义、康复治疗时的注意事项、康复治疗的次数、康复治疗的疗程、正确的康复治疗方法、康复治疗的作用, 分为知晓和不知晓。第二了解研究对象对部分康复知识的需求情况, 包括产后盆腔器官脱垂相关知识、科学进行盆底肌康复相关知识、

提高性生活质量相关知识、产后尿失禁相关知识、盆底肌松弛相关知识。第三部分对是否愿意接受进行盆底检查和治疗、对盆底肌康复知识的需求: 是否愿意了解盆底保健知识, 分为接受和不接受^[3-4]。在健康教育前后分别发放调查表, 讲解填写方法及要求, 共发放问卷100份, 回收100份, 回收率100%。

1.3 观察指标

比较研究对象对盆底康复知识了解情况以及需求情况。统计不同学历研究对象对盆底康复知识的掌握情况。

1.4 统计学分析

在分析数据的过程中, 用SPSS20.0软件, 用t或者 X^2 对资料进行检验, 组间比较, $P < 0.05$ 可得差异显著。

2 结果

2.1 对盆底康复知识了解情况

无论在健康教育前还是健康教育后, 高学历研究对象对盆底康复知识的了解程度均深, 接受健康教育后, 研究对象对各项知识的了解更加全面, 与对健康教育之前相比差异显著 ($p < 0.05$)。具体如下表1所示:

表1 健康教育前后研究对象对盆底康复知识了解情况

项目	健康教育前		健康教育后		p 值
	低学历	高学历	低学历	高学历	
康复治疗的目的与意义	52.05±2.65	65.24±3.58	82.02±3.95	92.05±3.24	< 0.05
康复治疗的注意事项	50.62±2.58	66.5±3.58	76.58±2.67	90.26±3.85	< 0.05
康复治疗的疗程与方法	40.26±3.04	59.25±1.84	72.65±4.05	86.54±2.62	< 0.05
康复治疗的作用	59.85±2.58	67.52±1.98	79.58±2.89	88.05±2.68	< 0.05

2.2 对盆底康复知识需求情况

在调查研究对象对盆底康复知识需求情况时, 主要调查研究对象是否对愿意产后盆腔器官脱垂相关知识、是否愿意了解盆底肌康复相关知识、提高性生活质量相关知识、学习产后尿失禁相关知识、盆底肌松弛相关知识五方面进行调查。在健康教育之前, 研究对象对以上五项内容的需求程度分别为79.00% (79/100)、25.00% (25/100)、88.00% (88/100)、72.00% (72/100)、81.00% (81/100); 在接受健康教育之后, 研究对象对以上五项内容的需求程度分别为96.00% (96/100)、89.00% (89/100)、100.00% (100/100)、87.00% (87/100)、98.00% (98/100)。由此可见, 接受健康教育后, 研究对象希望了解各项相关知识的概率明显增加, 与对健康教育之前相比差异显著 ($p < 0.05$)。

2.3 高学历和低学历研究对象对盆底康复知识的掌握情况

在健康教育前, 低学历和高学历研究对象对盆底康复知识的掌握率分别为: 37.77% (17/45)、69.09% (38/55), 低学历女性低于高学历女性, 差异显著 ($p < 0.05$); 在健康教育后, 低学历和高学历研究对象对盆底康复知识的掌握率分别为: 88.89% (40/45)、90.91% (50/55), 两类女性的知晓率不存在显著差异 ($p > 0.05$)。

3 讨论

近年来, 对盆底功能障碍性疾病的关注越来越多。所谓的盆底功能障碍性疾病, 可以说是一组疾病, 不是单纯的一种疾病。是因为女性盆底支持组织因老化创伤、妊娠、分娩等原因等因素导致力量薄弱, 从而发生的阴道壁的膨出、子宫脱垂、压力性尿失禁、粪失禁、性生活障碍等疾病。不同类型的功能障碍性疾病症状是不一样的, 但是出现盆底功能障碍性疾病女性的盆底组织在患病后会遭到比较严重的损害^[5]。在最初阶段, 女性会出现阴道松弛、性生活不满意或小腹坠胀感、尿频、便秘等症状, 如果不能得到及时的处理, 最终会逐渐发展成尿失禁: 轻度尿失禁患者在咳嗽, 打喷嚏, 大笑, 或举重的时候会出现小便失禁; 中度尿失禁患者走路快就会尿湿裤子; 重度尿失禁

患者即使是站着, 也有可能失禁。部分患者也会出现其他类型的盆底功能障碍性疾病, 如子宫脱垂、膀胱脱垂、直肠脱垂等, 子宫脱垂是盆底功能障碍性疾病常见的一种^[6-7]。患者可以感觉外阴有肿物脱出, 脱出物可以有宫颈和子宫体, 活动时总感觉下身有肿物, 这些组织受到摩擦以后, 出现糜烂出血。重症子宫脱垂还可以出现不同程度的腰部酸痛或者下腹部坠痛, 在长时间站立, 腹胀增大, 或者劳累之后更明显, 使女性遭受难以形容的苦难。盆底肌的松弛也影响性生活质量。跟骨盆运动相关的肌肉有40多种, 包括腹肌、背肌、腰肌、臀肌等。骨盆问题除了导致其周围组织器官产生异常外, 还会对全身的肌肉、体态、内脏功能产生重大的影响。人体的脊椎骨连接骨盆, 骨盆一旦歪斜, 脊椎骨也会产生歪曲, 进而压迫到神经产生各种失调。坐骨神经通过骨盆, 若骨盆歪斜, 坐骨神经受到压迫, 甚至会引起下半身的疼痛。骨盆的歪斜导致脊椎更加弯曲, 使得肩部、腰部的肌肉过度使用, 引起僵硬、疼痛, 血液循环变差, 氧气、养分的输送效率也会降低, 降低新陈代谢, 血液不易流至末梢等症状^[8-9]。令很多女性烦恼的腰痛、坐骨痛、肩背酸以及其他内脏生殖泌尿系统疾病, 其根本原因就是骨盆歪斜或盆底肌肉组织松弛。盆底功能障碍性疾病使得许多老人生活不能自理, 给家庭带来很大压力。

不论是子宫脱垂还是压力性尿失禁都会严重影响患者的生活质量。因此需要让更多女性更加重视盆底功能障碍性疾病。大多数的盆底功能障碍性疾病患者都要进行盆底康复训练, 因此要对自己充分爱护, 爱护盆底部位的健康状态, 尽早进行康复, 避免出现不良后果, 从而改善患者的生活质量^[10]。由于妇女的骨盆底部功能不全的临床症状表现不显著, 且无明显的危险, 所以很少有妇女会去医院检查并接受治疗。由于对女性盆底功能障碍的认知不足, 影响了筛查、治疗的效果, 因此, 怎样才能让治疗中断的患者对女性盆底功能障碍的危害有更好的认知, 从而更好地提升其保健意识、依从性以及生活质量, 这是一个亟待解决的问题。开展个体化健康教育是防止妇女盆底肌肉功能障碍的一个重要环节, 可以依据对象的文化程度, 采用信息传播、行为干预等多种形式, 让其具备相关的健康预防知识^[11-12]。因此在不同文化程度的妇女中, 要有针对性

地选择适当的卫生保健内容,以达到提高妇女对盆底功能恢复的目的。医院应该加强健康教育,并根据妇女的心理、生理特征,采取个性化的方案,要做好科学、合理的保健宣传工作,尽量提高妇女对妇女盆底功能障碍的了解。

综上所述,对于女性而言,患有盆底功能障碍性疾病之后机体会遭受严重的负面影响。在本课题中,因个案数量有限,且结论尚无循证依据,有待进一步扩大样本,更有前瞻性。然而,通过本研究的资料,也可以初步确认,不同类型的女性对于盆底功能障碍性疾病的认知程度存在一定差异,在为其实施健康教育之后,可以有效提升其对盆底康复知识的了解程度,加大女性对于盆底康复知识的需求,无论是高学历还是低学历女性,对于盆底康复知识的掌握情况均得到明显改善,值得推广应用。

参考文献:

- [1] 魏满霞,王伟伟,王晓旭,等.补中益气丸联合盆底康复治疗仪对产后盆底功能障碍患者盆底肌肉肌力和阴道紧缩度的影响[J].包头医学,2020,44(3):39-41.
- [2] 赵哲君,王辉,刘敏.补中益气丸治疗产后盆底功能障碍患者的疗效及对患者尿动力学和性功能的影响[J].世界中医药,2019,14(5):1209-1212.
- [3] 白巍,刘岚,高云霞.电刺激+kegel训练联合补中益气丸治疗初产妇产后盆底功能障碍性疾病的效果[J].临床护理杂志,2018,17(2):46-48.
- [4] 卢明霞,凌静.Kegel运动联合Lamaze呼吸法对妊娠、孕妇分娩及盆底功能障碍性疾病影响的研究[J].中国

妇幼保健,2013,28(27):4554-4556.

[5] 钱双凤,梅丽娜,成一星.补中益气颗粒对产后盆底功能障碍患者盆底肌力及外周血TGF- β ₁、IGF-1的影响[J].中国中医药科技,2014(4):360-361.

[6] 崔瑜,崔琳,吴蔚.电刺激联合生物反馈结合阴道哑铃盆底康复训练对改善产后盆底肌功能的作用研究[J].中国妇幼保健,2016,31(15):3171-3173.

[7] 陆佳红,肖韵悦,张慧,等.电刺激生物反馈疗法联合盆底肌肉功能锻炼康复治疗盆底功能障碍性疾病的临床研究[J].现代妇产科进展,2017,26(2):133-135.

[8] 罗晓丹,林少梅,邵晓红.补中益气汤联合神经肌肉刺激治疗仪治疗产后盆底功能障碍性疾病随机平行对照研究[J].实用中医内科杂志,2017,31(10):50-52.

[9] 陈舟,黄和,陈其余.补中益气汤加味联合盆底肌肉锻炼-生物反馈-电刺激治疗产后早期盆底功能障碍性疾病的疗效研究[J].中国中药杂志,2018,43(11):2391-2395.

[10] 马向英,刘艳慧,吕英璞,等.不同盆底肌肉康复治疗产后盆底功能障碍的效果及对肌力、疲劳度和POP-Q分度的影响[J].河北医药,2018,40(11):1727-1729.

[11] 朱文芳,王苗苗.补中益气汤联合盆底功能训练治疗女性盆底功能障碍性疾病的效果及其对盆底肌力的影响[J].湖北中医杂志,2020(10):43-45.

[12] 冯春雨,孟珊.穴位针灸疗法联合盆底康复治疗仪对高龄产后压力性尿失禁患者盆底功能及预后的影响[J].现代中西医结合杂志,2020,29(20):2230-2233.