

# 盆底肌治疗结合护理干预对盆底肌功能障碍的改善分析

胡巧 陈英 (通讯作者)

(重庆医科大学附属第二医院健康管理(体检)中心 重庆市 400000)

**摘要:**目的 分析盆底肌治疗结合护理干预对盆底肌功能障碍的改善效果。方法 随机选取 2019 年 6 月至 2021 年 6 月收治的 80 例产后盆底肌功能障碍患者作为研究, 随机分为对照组及试验组, 其中对照组 40 例患者采用常规护理干预, 试验组 40 例患者采用盆底肌治疗联合护理干预, 对两组患者的相关指标进行对比分析。结果 对两组患者的盆底肌恢复情况进行对比发现, 试验组患者的有效率为 70%, 明显高于对照组的 47.5%, 两组对比, 差异显著 ( $P < 0.05$ ); 对两组患者的尿失禁、脏器脱垂以及性生活满意度对比发现, 试验组的各项指标均优于对照组, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。结论 对盆底肌功能障碍患者采用治疗结合护理干预的方式, 能够有效提高患者的盆底肌恢复效果, 降低并发症的发生率, 提高患者的预后, 值得在临床中推广应用。

**关键词:** 盆底肌; 护理干预; 功能障碍; 改善效果

女性盆底肌功能障碍主要是由于盆地组织受到多种因素的影响, 其中包含组织受损以及细胞衰老等, 其会导致女性的盆地组织结构受到改变, 最终发生器官功能障碍的情况。其在临床上会表现出性功能障碍、尿失禁以及盆腔疼痛等。该病不会对患者的生命安全造成威胁, 导致会对患者的生活质量造成严重的不良影响。盆底肌对于子宫、盆腔以及膀胱等器官有着直接的影响, 其起到维持正常的盆腔结构以及排尿控制等。现如今, 对于该病的治疗主要采用的是盆底肌康复训练的方式, 借助护理干预的方式能够很好的提高患者的预后效果。

## 1 资料与方法

### 1.1 基本资料

随机选取 2019 年 6 月至 2021 年 6 月收治的 80 例产后盆底肌功能障碍患者作为研究对象, 随机分为对照组及试验组, 其中对照组 40 例患者中年龄在 26 岁至 40 岁, 平均年龄为 ( $32.51 \pm 5.33$ ) 岁, 平均总产程时间为 ( $15.81 \pm 2.09$ ) h, 试验组 40 例患者中年龄在 27 岁至 40 岁之间, 平均年龄为 ( $32.55 \pm 5.29$ ) 岁, 平均总产程时间为 ( $15.79 \pm 2.06$ ) h, 组间资料对比, 差异不明显 ( $P > 0.05$ )。

纳入标准: ①临床病史资料完整。②对本文研究知情且同意, 并签署知情同意书。

排除标准: ①存在有精神认知障碍。②治疗依从性较差。③合并有重要脏器病变患者。④中途退出本文研究患者。

### 1.2 方法

对照组: 采用常规护理干预, 其中主要包含病房护理、饮食护理等内容。

试验组: 开展盆地康复训练结合护理干预。其具体方法如下:

①产后护理: 患者在分娩后的 24h, 护理人员需要对患者开展腹式呼吸训练。②在患者的 42d 之后对患者开展盆底肌康复训练。患者在护理人员的指导下进行盆底肌训练, 逐渐进行自主、下意识肌群训练, 护理人员需要提供全程的指导, 让患者能够进行正确的训练, 理解到训练的要领。③护理干预, 在产后为患者进行护理干预, 护理人员需要告知患者各项注意事项, 让患者懂得盆底肌训练的重要性, 对患者出现的疑问, 及时的予以解答。与此同时, 为患者开展心理护理, 提高和患者之间的沟通与交流, 叮嘱患者的亲属能够多多陪伴患者, 让患者能够感受到家庭的温暖, 减少患者的不良情绪, 提高患者的治疗依从性。

### 1.3 观察指标

对两组患者盆底肌改善情况进行对比分析; 对比两组患者的尿失禁、脏器脱垂发生率以及性生活满意度。

### 1.4 统计学方法

应用 SPSS 22.0 统计软件分析数据, 计数资料、计量资料分别采用 [例(%)]、( $\bar{x} \pm s$ ) 表示, 分别行  $\chi^2$ 、 $t$  检验。以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者盆底肌恢复情况对比

对两组患者的盆底肌恢复情况进行对比发现, 试验组患者的有效率为 70%, 明显高于对照组的 47.5%, 两组对比, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。

表 1 两组患者盆底肌恢复情况对比

组别	1 级	2 级	3 级	4 级	5 级	有效率
对照组 (40)	10	11	10	5	4	19 (47.5)
试验组 (40)	6	7	12	10	6	28 (70)
$\chi^2$						4.177
P						0.040

### 2.2 两组尿失禁、脏器脱垂及性生活满意度对比

对两组患者的尿失禁、脏器脱垂以及性生活满意度对比发现, 试验组的各项指标均优于对照组, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。

表 2 两组尿失禁、脏器脱垂及性生活满意度对比

组别	例数	尿失禁	脏器脱垂	性生活满意度
对照组	40	12	8	15
试验组	40	2	1	25
$\chi^2$		8.658	6.134	5.000
P		0.000	0.000	0.025

## 3 讨论

导致盆底肌功能障碍的主要原因和怀孕以及分娩有关, 患者在妊娠期间, 胎儿会不断的发育增大, 激素也会随之出现变化, 必然会对患者的盆底功能造成不同程度的损伤。患者在分娩的过程中, 受到子宫变大的影响, 会导致盆底肌承受较大的压力, 同时分娩中的肛提肌的撕裂也会导致患者出现不同程度的盆底损伤, 导致正常的盆底肌功能受到影响, 出现盆底肌障碍的情况, 其会导致患者在咳嗽或者大笑时出现尿失禁的情况, 同时也会让患者出现食欲下降以及性欲减退的情况, 影响到患者的正常生活。所以, 产后的护理工作是十分重要的, 本文所采用的盆底肌康复训练联合护理干预的方式能够有效提高患者的生活质量。根据本文研究显示: 对两组患者的盆底肌恢复情况进行对比发现, 试验组患者的有效率为 70%, 明显高于对照组的 47.5%, 两组对比, 差异显著 ( $P < 0.05$ ); 对两组患者的尿失禁、脏器脱垂以及性生活满意度对比发现, 试验组的各项指标均优于对照组, 差异显著 ( $P < 0.05$ )。

综上所述, 对盆底肌功能障碍患者采用治疗结合护理干预的方式, 能够有效提高患者的盆底肌恢复效果, 降低并发症的发生率, 提高患者的预后, 值得在临床中推广应用。

### 参考文献:

- [1] 马乐, 刘娟, 李环, 等. 产后盆底康复流程第一部分—产后盆底康复意义及基本原则[J]. 中国实用妇科与产科杂志, 2015, 31(4): 314-319.
- [2] 刘馨, 邵琳, 刘巍, 等. 分析生物反馈电刺激结合盆底肌训练对初产妇产后盆底肌功能康复的效果[J]. 中国妇幼保健, 2018, 33(11): 37-39.
- [3] 王圣霞. 生物电刺激结合盆底肌训练治疗产后盆底功能障碍和仅做盆底肌训练治疗产后盆底功能障碍的效果对比[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(26): 66, 69.