

产后康复治疗在产科的临床应用效果观察

陈巧珍

(浙江省金华市永康市妇幼保健院 321300)

摘要:目的:观察在产科施以产后康复治疗的效果。方法:观察对象选择于2020.12~2021.12在我院分娩的产妇90例,随机数字法予以分组观察,施以产后康复治疗的45例产妇分入试验组,施以常规康复训练的45例产妇分入对照组,对产后康复效果进行对比和观察。结果:与对照组产妇对比,盆底功能障碍性疾病试验组明显较少($P < 0.05$);与对照组产妇对比,盆底肌肉恢复情况试验组明显较好($P < 0.05$)。结论:在产科施以产后康复治疗效果突出,在盆底功能障碍性疾病和盆底肌肉恢复情况均有改善效果,建议推广。

关键词:产科;产后康复治疗;盆底功能障碍性疾病;盆底肌肉恢复

分娩作为女性正常的生理过程,不论是妊娠还是分娩均会在一定程度上损伤盆底支持结构,使盆腔脏器发生移位,导致盆腔器官功能发生异常,进而导致盆底功能障碍性疾病发生,对产妇产后生活质量和心理状态均造成严重的影响^[1]。因此,需强化产后康复治疗,以改善盆底功能,促进产妇产后康复,以改善产妇生活质量。本研究选择2020.12~2021.12在我院分娩的产妇90例进行分组研究,对产后康复治疗的效果进一步观察,结果如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

观察对象选择于2020.12~2021.12在我院分娩的产妇90例,随机数字法予以分组观察,施以产后康复治疗的45例产妇分入试验组,年龄:(29.35 ± 5.25)岁(22~37岁),34例初产妇,11例经产妇,施以常规康复训练的45例产妇分入对照组,年龄:(29.40 ± 5.20)岁(23~38岁),35例初产妇,10例经产妇。对可比性进行分析:通过分析显示2组 $P > 0.05$,对照研究可开展。

1.2 方法

对照组仅施以盆底肌肉常规训练,对患者正确指导,训练尿道口周围肌肉、阴道和肛门力量、收缩和紧张度,使血液循环功能增强,改善控尿能力,使盆底器官脱垂情况进行缓解。试验组与此同时施以生物反馈和电刺激治疗,利用盆底康复治疗仪,并联合生物反馈训练和仿生物电刺激,电极低频脉冲刺激,使局部血液循环功能增强,以便快速恢复尿道周围肌肉、阴道和肛门肌肉能力,促进肌肉紧张度提升,紧缩阴道肌肉,使阴道松弛得以改善,促进性生活质量提升,每次时间控制15~30min,2次/周,共进行为期5周的

表2 盆底肌肉恢复情况比较($\bar{x} \pm s$,分)

| 组别 | 例数 | 收缩时间(s) | | 阴道收缩压(cmH ₂ O) | |
|-----|----|-----------------|-----------------|---------------------------|-------------------|
| | | 产后42d | 产后半年 | 产后42d | 产后半年 |
| 试验组 | 45 | 4.07 ± 1.55 | 4.45 ± 1.88 | 49.52 ± 11.80 | 58.90 ± 14.33 |
| 对照组 | 45 | 4.18 ± 1.60 | 6.25 ± 2.90 | 49.68 ± 10.30 | 82.72 ± 15.05 |
| t | | 0.331 | 3.494 | 0.069 | 7.689 |
| P | | 0.741 | 0.001 | 0.946 | <0.001 |

3 讨论

产妇产后会有生理和心里的改变,因分娩时产妇体力大量消耗,产后状态转变不过来,会导致负性情绪产生,比如抑郁、焦虑等,对产后康复效果造成影响。分娩后多数产妇会表现为功能不协调情况,无法正常分泌乳汁,主要是由于营养摄入不足、睡眠质量差、分娩创伤等,子宫复旧会阻碍产后康复,会导致产后出血情况发生,使康复时间延长^[2]。伴随医疗技术的不断发展,在临床上广泛应用产后康复治疗仪,可刺激产妇乳房,对产妇产后内分泌进行有效调节,可使局部血液循环得以改善,对催产素分泌发挥促进作用,可使哺乳痛苦减少^[3]。本研究结果对产后康复治疗的效果进一步观察,结果显示:与对照组产妇对比,盆底功能障碍性疾病试验组明显较少($P < 0.05$);与对照组产妇对比,盆底肌肉恢复情况试验组明显较好($P < 0.05$),可见,产后康复治疗可减少盆底功能障碍性疾病,可促进盆底肌肉恢复,主要是由于产后康复治疗仪治疗子宫复旧,利用电极可存盆腔肌肉收缩,可使盆腔淤血消除,可使产后出血减少,可使子宫复旧加速^[4]。利用生物反馈训练,对电刺激强度合理调整,有效唤醒受损神经和肌纤维,被动刺激盆底肌肉,以促进疗效提升,有效预防盆底肌障碍性疾病发生,以改善产妇产

后生活质量,有利于产妇身心健康,可改善产妇产后心理状态,避免发生产后抑郁,促进产妇产后康复^[5]。

1.3 观察指标

对比盆底功能障碍性疾病,即性功能障碍、盆腔器官脱垂、压力性尿失禁,对比总发生率;对比盆底肌肉恢复情况,即收缩时间、阴道收缩压。

1.4 统计学方法

选择SPSS23.0对研究中数据进行处理, ($\bar{x} \pm s$) 计量数据实施t验证,与正态分析相符, [n(%)]计数数据实施X²验证, $P < 0.05$ 证实为统计学意义成立,明显差异。

2 结果

2.1 盆底功能障碍性疾病对比

与对照组产妇对比,盆底功能障碍性疾病试验组明显较少($P < 0.05$)。

表1 对比盆底功能障碍性疾病[n(%)]

| 组别 | 例数 | 性功能障碍 | 盆腔器官脱垂 | 压力性尿失禁 | 总发生率 |
|----------------|----|---------|---------|---------|-----------|
| 试验组 | 45 | 1(2.22) | 0(0.00) | 1(2.22) | 2(4.44) |
| 对照组 | 45 | 3(6.67) | 4(8.89) | 4(8.89) | 11(24.44) |
| X ² | | | | | 7.283 |
| P | | | | | 0.007 |

2.2 对比盆底肌肉恢复情况

与对照组产妇对比,盆底肌肉恢复情况试验组明显较好($P < 0.05$)。

后生活质量,有利于产妇身心健康,可改善产妇产后心理状态,避免发生产后抑郁,促进产妇产后康复^[5]。

综上所述,在产科施以产后康复治疗效果突出,在盆底功能障碍性疾病和盆底肌肉恢复情况均有改善效果,建议推广。

参考文献:

- [1] 贾丽菊. 物理锻炼联合康复治疗仪对不同分娩方式产妇产后盆底肌康复的临床效果观察[J]. 中国社区医师,2021,37(36):165-166.
- [2] 姚水莲. 康复治疗仪联合盆底训练在初产妇产后康复护理中的应用效果[J]. 中国当代医药,2021,28(12):221-224.
- [3] 郭晓丽,黄晓丽. 超早期盆底肌康复训练联合补中益气丸在产后盆底肌功能恢复中的应用效果[J]. 四川生理科学杂志,2022,44(5):907-908.
- [4] 施素娟,俞小英,马银芬,等. 早期康复训练结合电刺激生物反馈治疗产后压力性尿失禁的临床观察[J]. 中国妇幼保健,2021,36(11):2469-2472.
- [5] 陈强. 盆底肌肉锻炼结合生物反馈与电刺激在产后盆底肌修复中的应用观察[J]. 实用中西医结合临床,2022,22(7):80-82,113.