

盆底功能障碍性疾病的康复治疗及护理现状研究进展

金云丽

(开远市人民医院 云南开远 661600)

摘要:盆底肌功能障碍性疾病(PFD)指的是盆底肌肉、韧带损伤所引起的盆腔器官脱垂、压力性尿失禁等疾病,这类疾病在中老年女性中有着较高的发病率。PFD和女性盆底解剖结构特点有着非常密切的联系,而且该病还与多种因素相关,例如年龄、阴道分娩,雌激素等均是该病为危险因素。在疾病发作后,患者常规出现性功能障碍、尿失禁、脱垂等临床症状,若是未能及时得到有效治疗,将会严重影响患者的身心健康。本文就PFD的康复治疗及护理展开综合分析,希望能够为临床PFD患者的治疗提供参考。

关键词:盆底肌功能障碍性疾病;康复治疗;护理;研究进展

PFD主要是由于盆底结构缺陷、损伤所引起的疾病,常会表现出盆腔器官脱垂、便秘、盆腔疼痛、尿失禁等临床症状,尽管这些病症不会对患者的生命造成严重威胁,但是多数患者对疾病的认知度不高,存在着不同程度的心理问题,长此以往,将会对患者的身心健康造成不良影响^[1]。因此,对于PFD患者尽早采取有效治疗是有必要的,本文就PFD患者的康复治疗及护理展开如下综述。

一、盆底肌功能障碍性疾病的康复治疗

1.1 手术治疗

目前,临床对于PFD患者的治疗有手术治疗和非手术治疗,在选择手术治疗时需要结合患者的实际情况,来为其选择适合的手术治疗方案,常见的手术方法有阴式子宫全切术、阴道闭合术、阴道前后壁修补术以及传统手术等^[2]。这些手术方案均能有效改善患者的临床症状,但是却并不能使患者的阴道上段缺陷得到改善,而且手术本身即为应激源,通过手术治疗会对患者的阴道部位造成一定损伤,导致患者的阴道部位出现较强的不适感和疼痛感,使得患者的无法耐受,引起阴道狭窄,进而使患者的性功能受到影响。近些年,网片修补加固筋膜组织是一种新型的盆底重建手术方案,其中尿道中段悬吊术是治疗尿失禁的有效术式,这种方法不会对膀胱造成严重损伤,而且创伤小,能够促进患者的术后康复。

1.2 非手术治疗

PFD患者的非手术治疗方法多样,常用的非手术治疗方法有药物治疗、生物反馈治疗、功能性电刺激治疗、行为治疗和盆底肌训练^[3]。药物治疗包括了雌激素替代剂、肾上腺素能激动剂,这些药物能够使患者的尿道平滑肌张力得到改善,并且使其尿道压力关闭,这样能够有效改善患者的盆底肌功能,减少溢尿情况发生。生物反馈治疗是通过对患者提供反馈信息,从而对患者的正常盆底肌肉进行指导训练,让患者已经松弛盆底肌群能够形成条件反射,达到收缩的目的。功能性电刺激治疗是借助仪器,来对患者的阴部和盆腔部位的神经产生刺激,让其肌肉处于被动锻炼状态,这样能够有效改善患者的尿道括约肌和肛门括约肌等,而且还能够起到一定的镇痛作用。行为治疗又被称作膀胱锻炼,指的是患者改变自身排尿行为,通过此行为让其能够重新获取控尿能力。盆底肌训练是目前治疗PFD的重要方法,这种方法的优势非常明显,操作便捷,不会造成身体损伤,通过肌肉的收缩来使患者的控尿能力得到进一步提高,从而改善其盆底肌强度。

二、盆底肌功能障碍性疾病的护理

2.1 健康宣教

很多PFD患者对自身疾病没有全面的了解,在病情发生后,因为发病位置处于隐私部位,患者难以启齿,不仅会使患者出现焦虑、抑郁等不良情绪,而且还容易错过早期治疗,使得病情加重。因此,在护理期间,需要向患者讲解PFD的嵯康知识,并就患者所提出的问题,进行耐心解答,让患者能够正确认识自身疾病,提高对治疗的依从性^[4]。由于部分患者为中老年人,她们的理解能力和记忆能力有所减退,在健

康宣教室需要采取针对性的指导措施,包括集体讲座,座谈会等,具体措施如下:①文字教育。将健康知识制作成宣传册和报纸等,通过具体文字,让患者反复观看,能够加强记忆和理解。②言语教育。通过开展讲课、讨论和谈话等方式,来向患者讲解PFD的相关知识。③视听教育法。通过多媒体形式,例如电视,录音等,让文化程度较低的患者也能够反复视听,从而起到强化理解和记忆的目的。

2.2 心理护理

由于受到疾病的影响,患者存在着不同程度的心理问题,护理人员需要加强与患者的沟通交流,掌握患者的心态变化,向患者讲解PFD发病的原因,主要的临床症状和治疗方案,以及加强锻炼对疾病康复的重要性,让患者能够积极配合治疗和护理,并根据患者的心理状况,采取对应的心理疏导。在交谈过程中,应当鼓励患者倾诉内心想法和需求,了解患者的处境,让其能够释放心中的压抑情绪,进而缓解其不良情绪,取得患者家属的配合,给予患者更多精神和家庭支持,树立健康心态,提高对治疗的信心^[5]。与此同时,可以通过播放音乐,电视节目等,来转移患者的注意力,进而消除不良心理。

2.3 治疗中的护理

在治疗过程中,需要重视患者的隐私保护,利用屏障或者隔帘,来为患者进行遮挡,减少其隐私暴露部位。同时,加强对患者各项生命体征的监测,及时予以患者对应的护理措施。

2.4 生活指导

科学合理的饮食能够改善患者的身体素质,在饮食上要做到营养均衡,多食用新鲜果蔬易于消化的食物,确保大便通畅,避免出现便秘。并且术后应当减少重体力活动,切忌用力过度,对阴道伤口造成撕裂。在患者出院后,需要定期随访,掌握患者的恢复情况,并根据其恢复情况,予以针对性的训练指导,叮嘱患者定期复查。

三、小结

综上所述,PFD在治疗中,需要根据患者的具体情况,来选择手术治疗或者非手术治疗,最大程度的提高治疗效果。同时,结合有效的护理措施,对疾病康复有着深刻意义。

参考文献:

- [1] 谭露,周娜,张英连,等. 盆底肌功能障碍性疾病的康复治疗及护理现状研究进展[J]. 继续医学教育,2020,34(9):72-74.
- [2] 刘新华. 分析盆底肌功能障碍性疾病的康复治疗及护理现状[J]. 世界最新医学信息文摘,2021,21(82):53-54.
- [3] 覃彩虹. 盆底肌功能障碍性疾病的康复治疗及护理研究[J]. 临床医药文献电子杂志,2019,6(25):97-100.
- [4] 丁丽霞. 女性盆底肌功能障碍性疾病中开展康复治疗及护理的效果[J]. 智慧健康,2020,6(10):59-61.
- [5] 曹婷婷,王建六. 盆底肌功能障碍性疾病康复治疗的研究进展[J]. 现代妇产科进展,2019,28(6):465-468.