

全子宫切除患者术后盆底肌功能锻炼的护理干预对策及应用进展

陈娜娜

温州市人民医院 浙江

【摘要】全子宫切除术后盆底肌功能障碍在临床上较为常见，所指的是女性患者在接受子宫切除手术后，导致患者的盆底支持结构出现了异常，进而引发患者出现的盆底肌功能失调的情况，这种病情会导致患者出现压力性尿失禁等不良症状，而在近年来的相关研究调查中显示全子宫切除手术后，盆底肌肉功能出现障碍的发生率达到 30% 左右。研究人员认为，在患者接受相应的全子宫切除手术后，需要给予患者相应的护理康复训练，才能够保障患者的肌肉功能得到改善消除患者的不良症状，所以研究人员应当针对患者的病情状况进行综合分析，建立完整的护理干预方法与对策，进而保障患者的机体功能恢复，使后续的治疗工作能够更为顺利的开展。

【关键词】全子宫切除；盆底肌功能锻炼；护理干预；对策分析；研究进展

Nursing intervention strategy and application progress of pelvic floor muscle functional exercise after total hysterectomy

Nana Chen

Wenzhou People's Hospital, Zhejiang

【Abstract】Pelvic floor muscle dysfunction after total hysterectomy is relatively common in clinical practice, which refers to the abnormal pelvic floor support structure of female patients after hysterectomy, which leads to the pelvic floor muscle dysfunction of patients. This disease will lead to stress urinary incontinence and other adverse symptoms of patients. However, in recent years, relevant research shows that after total hysterectomy, The incidence of pelvic floor muscle dysfunction is about 30%. The researchers believe that after the patients receive the corresponding hysterectomy, they need to give them the corresponding nursing and rehabilitation training to ensure that the muscle function of the patients can be improved and eliminate the adverse symptoms of the patients. Therefore, the researchers should conduct a comprehensive analysis of the patients' condition, establish a complete nursing intervention method and countermeasures, and then ensure the recovery of the patients' body functions, So that the follow-up treatment can be carried out more smoothly.

【 Keywords 】 total hysterectomy; Pelvic floor muscle function exercise; Nursing intervention; Countermeasure analysis; Research progress

盆底肌功能失调会导致患者出现压力性尿失禁的状况，在临床上属于中老年女性的常见疾病，在临床研究发现，在针对盆底肌功能失调患者进行处理时，选择合理有效的治疗，能够有助于改善患者的临床症状^[1]，目前针对轻度和中度压力性尿失禁患者，在进行治疗时选择非手术治疗能够有助于改善患者的临床症状。其中生物反馈盆底肌康复治疗在临床上应用较为广泛，这一治疗方式通过电刺

激的形式，提高盆底肌纤维兴奋性，使患者的阴部神经纤维传导得到激活，进而改善患者的盆体以及功能，治疗方式具有无侵入性和无药物不良反应的优势^[2]，能够有助于改善患者的临床症状。但也有一部分研究人员认为这一治疗方式单独应用于患者的治疗中，获得的效果不甚理想，而这一现象可能与患者的耐受性和不同患者的个体差异有一定的关联，在针对患者进行临床治疗时^[3]，研究人员认为

需要选择合理的方式进行配合开展护理工作有助于使患者的治疗效果得到提升,并在一定程度上降低患者的不良反应发生率,最大限度的促进患者在接受子宫切除手术后机体功能恢复。

1 全子宫切除手术对患者盆底肌功能产生的影响

子宫是位于膀胱和直肠之间的女性特有的器官,其大小与年龄以及女性是否生育有一定的关联性,子宫呈现倒三角形,一旦切除则会导致子宫周围器官失去依托,进而引发患者出现盆底脏器脱垂或压力性尿失禁的状况。在女性的妊娠阶段,胎儿的体质量不断上升,盆腔脏器和腹腔压力会导致盆底肌肉持续受到压力,肌张力的减弱以及患者体内激素水平的变化,都会在一定程度上导致肌纤维出现变形的情况,而盆底功能障碍是产后最常见的一种临床症状。除此之外,若患者受到各种因素的影响,需要进行子宫切除,或者患者在分娩后出现子宫大出血,无法得到有效的控制,也需要进行子宫切除,会进一步影响患者的盆底肌力恢复正常,导致患者的后续治疗工作受到影响,无法保障患者的机体功能恢复。而在目前临床研究中,针对患者进行全子宫切除,手术操作时,需要切断患者的子宫主韧带以及骶韧带,这就会导致患者的部分腹下神经分支遭到破坏,进而对膀胱和阴道的功能产生影响,所以在全子宫切除手术后,患者可能会发生不同程度的盆底功能障碍性疾病,例如压力性尿失禁等。所以在临床上针对患者进行处理时,做好患者的盆底肌锻炼是极为有必要的,研究人员认为,在患者接受全子宫切除手术后需要做好患者的护理与锻炼,尽量满足患者的病情康复,才能够有助于改善患者的治疗效果,并降低手术对患者机体功能产生的影响。

2 子宫切除手术后盆底肌功能锻炼的护理干预对策与进展分析

2.1 护理对策

在针对患者进行护理时,护理人员需要首先在患者手术完成后,注意观察患者的生理指标状况,同时观察患者的尿液引流状况,如果患者尿液颜色、性质和量出现变化,需要及时更换引流袋,避免出现逆行感染。手术完成后需要强化患者的饮食护理指导患者日常生活中选择清淡易消化的食品,并且需要了解患者的情绪变化状况,有许多女性认为子宫对于女性很重要,所以可能会在手术完成后出现不良情绪,故而在开展患者的临床护理时,应当将

患者的心理情绪作为一项重要的护理内容。

在手术完成后,护理人员需引导患者进行凯格尔运动训练,要求患者选择自身舒适的体位,在训练时保持呼吸深而缓,吸气时收缩肛门,在收缩尿道产生盆底肌肉上提的感觉,再进行盆底肌收缩时保持意念集中,一次收缩时间控制在5~6秒左右,每次练习时间大约为10分钟,每日练习大约3~4次,手术完成后第1天需指导患者保持卧位进行缩肛运动练习,并且根据患者的耐受性适当增加强度和时

2.2 功能性磁刺激技术的应用

配合应用功能性磁刺激治疗技术与生物反馈盆底肌康复技术进行处理,具体方式如下。功能性磁刺激治疗:首先在针对患者进行功能性磁刺激治疗时选择磁刺激治疗仪将电极片放置于患者的肌肉部位,并根据患者耐受性和对刺激的感受做出相应的调节,进而使患者的阴道或盆腔肌群产生对应的刺激反馈,根据患者的疼痛感和耐受性对强度进行调整,患者每周治疗两次,每次治疗时间控制在25分钟左右,连续治疗12周后观察疗效。生物反馈盆底肌康复技术:在针对患者进行治疗时选择生物刺激反馈治疗仪,治疗过程中,根据阴道反馈的具体情况,引导患者进行盆底肌群训练,以恢复患者的肌群收缩能力。根据患者的肌肉反馈状况给予相应的电刺激治疗,患者每周治疗两次,每次治疗时间控制在30分钟左右,连续治疗12周后观察疗效。

在治疗过程中,若患者表示存在恶心呕吐等不良反应,医务人员需及时停止治疗或降低刺激强度等待患者的病情状况和不良反应,得到一定的改善后,再针对患者进行治疗,需要错开功能性磁刺激与生物反馈盆底肌康复治疗时间。告知患者在日常生活中应当如何进行自我放松,使患者能够接受各种新鲜事物,护理人员还需鼓励患者每日进行有效的训练,并不断为患者建立治疗成就感,使患者对现实的认知能力得到提升。心理疏导对于患者来说极为重要,最主要目的是帮助患者从根本上了解自身的问题,并帮助患者建立良好的情绪状态,可以鼓励患者在康复期间通过各种方式倾诉自身的不良情绪。

生物反馈在应用过程中,主要是将计算机技术应用于患者的治疗中,将肉眼无法感知或观察到的病理活动转变为直观的声音或图像,同时应用生物

反馈机制对患者进行自我调节,进而起到良好的治疗效果^[5]。生物反馈盆底肌康复治疗能够有助于提高患者盆底肌肉的兴奋性,促进患者病变组织的新陈代谢,进而起到改善盆底肌肉控制和协调能力的作用,进而优化患者的尿失禁症状。相关临床研究中显示生物反馈疗法能够有效改善女性盆底肌肉的支撑作用,是针对女性压力性尿失禁一种常用的治疗方式^[6-7]。在本次研究结果中显示两组患者在治疗完成后,盆底肌力功能均得到一定程度的改善。而观察组患者在治疗完成后的总有效率明显优于对照组,并且针对两组患者的盆底肌力评分和性生活评分来看,观察组明显优于对照组。究其原因可能是由于在针对患者进行治疗时将功能性磁刺激与生物反馈盆底肌康复治疗方案应用于其中一方面能够改善患者的肌肉功能,另一方面在患者的控尿能力得到提升后,患者的生活质量则得到明显的改善,有助于优化患者的治疗效果,患者的临床症状得到改善,有助于优化患者的病情。同时这一治疗方式在应用过程中具有良好安全性,无侵入性操作或用药处理不会导致患者出现额外的不良反应,具有良好的安全性。

总结

盆底肌功能失调在临床上较为常见,通常是女性产后的常见病发症,这种疾病的发生是由于妊娠期女性的荷尔蒙水平发生变化,并且在子宫重力增加的影响下,导致患者盆底肌肉逐渐松弛^[8]。除此之外,在分娩时胎儿头部产生的挤压运动,也可能对患者的盆底和尿道周围组织造成损伤,进而影响女性的正常生理功能。在临床上针对轻度和中度压力性尿失禁患者进行治疗时,建议选择非手术治疗方案,一方面来说,中老年人群对于有创治疗耐受性较差,不建议采用手术治疗,而另一方面在针对患者进行治疗时,采用药物治疗难以改善患者的临床症状^[9],对于患者的病情恢复可能会产生一定程度的影响。所以在临床治疗中针对患者进行盆底康复训练、生物反馈盆底肌康复治疗、功能性磁刺激等治疗方案,能够有助于改善患者的临床症状,对于患者的病情控制来说,有十分积极的作用^[10]。

参考文献

- [1] 于晓丽,王辉,于静红. 产后子宫脱垂病人盆底肌功能锻炼行为的相关影响因素分析及干预策略[J]. 全科护理,2021,19(34):4878-4880.
- [2] 冯海花. 穴位按摩联合盆底肌功能锻炼在全子宫切除患者中的应用[J]. 医学理论与实践,2020,33(20):3501-3503.
- [3] 林淑娟,郑红,林静丽. 盆底肌肉功能锻炼联合综合护理对全子宫切除患者盆底功能恢复的影响[J]. 黑龙江医学,2020,44(10):1462-1464.
- [4] 彭婷婷. 盆底肌功能锻炼联合热敏灸对老年脑卒中后尿失禁患者的康复效果观察[D]. 安徽医科大学,2020.
- [5] 罗秀明. 延续护理联合盆底肌功能锻炼在全子宫切除术后患者中的应用观察[J]. 基层医学论坛,2019,23(08):1165-1166.
- [6] 杨文静,肖仙章,白淑秋. 生物反馈电刺激配合盆底肌功能锻炼对腹腔镜全子宫切除术后盆底肌肉功能及性功能的影响[J]. 广东医科大学学报,2018,36(06):700-703.
- [7] 解霞飞. 盆底肌功能锻炼对腹腔镜广泛全子宫切除患者膀胱功能恢复的影响[J]. 当代护士(中旬刊),2018,25(03):54-56.
- [8] 陆兰英. 盆底肌功能锻炼与电刺激联合生物反馈治疗在全子宫切除术后中的应用. 广西壮族自治区,桂平市人民医院,2017-10-27.
- [9] 陈薇. 规范化盆底肌功能锻炼对全子宫切除膀胱功能恢复的影响探讨[J]. 世界最新医学信息文摘,2017,17(7):237+241.
- [10] 谢向红. 广泛全子宫切除围术期盆底肌功能锻炼对膀胱功能恢复的影响[J]. 全科护理,2011,9(24):2173-2174.

收稿日期: 2022年8月12日

出刊日期: 2022年11月4日

引用本文: 陈娜娜. 全子宫切除患者术后盆底肌功能锻炼的护理干预对策及应用进展[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(6): 97-99

DOI: 10.12208/j.jmm.202200361

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网(CNKI Scholar)、万方数据(WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS