

产后盆底康复护理干预对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响

王传洪

山东阳光融和医院 山东潍坊

【摘要】目的 本文主要针对产后盆底康复护理干预措施进行研究，同时分析其对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响及价值。**方法** 本研究选取两组研究对象，为研究组（产后盆底康复护理干预）与参照组（常规护理干预）各40例，均来自我院2020年6月-2021年6月间收治的阴道分娩产妇。并观察接受不同护理干预后两组产妇的生活质量评分、盆底功能障碍发生情况，同时利用统计学方法进行数据对比，分析护理措施的有效性及其价值。**结果** 研究组生活质量评分对比参照组显较高优势性，同时盆底功能障碍发生情况属研究组较低，两组各项评分数据经过统计学方法处理后显示 $P < 0.05$ ，检验结果有意义。**结论** 产后盆底康复护理干预措施更具针对性，对阴道分娩产妇盆底功能障碍发生情况、生活质量均有非常高地改善作用，更有利于产妇的后续恢复，同时也提升了夫妻性生活质量，具有广泛推广价值。

【关键词】 产后盆底康复护理；阴道分娩；盆底功能障碍

Effect of postpartum pelvic floor rehabilitation nursing intervention on pelvic floor dysfunction of puerperal during vaginal delivery

Chuanhong Wang

Shandong Sunshine Ronghe Hospital Weifang, Shandong

【Abstract】 Objective: This paper mainly aimed at postpartum pelvic floor rehabilitation nursing interventions to study, and analyze its impact on vaginal delivery of pelvic floor dysfunction and its value. **Methods** This study selected two groups of research objects, for the study group (postpartum pelvic floor rehabilitation nursing intervention) and the reference group (routine nursing intervention) 40 cases each, all from our hospital from June 2020 to June 2021 vaginal delivery women. And observe the maternal quality of life score and pelvic floor dysfunction of the two groups after receiving different nursing interventions. At the same time, statistical methods were used to compare the data and analyze the effectiveness and value of nursing measures. **Results** The quality of life score of the study group was higher than that of the reference group, while the incidence of pelvic floor dysfunction was lower in the study group. The scores of the two groups were statistically processed, showing $P < 0.05$, indicating that the test results were meaningful. **Conclusion** Postpartum pelvic floor rehabilitation nursing intervention is more targeted, has a very high improvement effect on the occurrence of pelvic floor dysfunction and quality of life of puerpera during vaginal delivery, is more conducive to the follow-up recovery of puerpera, but also improves the quality of sexual life of couples, has a wide promotion value.

【Keywords】 postpartum pelvic floor rehabilitation nursing; Vaginal delivery; Pelvic floor dysfunction

阴道分娩即为自然分娩，非常有利于新生儿的成长，同时有利于产妇更好恢复。通过阴道分娩，可很大程度减轻生产对产妇身体造成的损伤，以及对新生儿心肺功能增强具有非常大的作用^[1]。但阴道分娩还有一定几率会诱发盆底功能障碍，出现尿失禁、尿潴留、排便困难、盆底疼痛、坠胀等症状。此外，当阴道前后壁及子宫突出于阴道口外时，还可能会因衣物摩擦而导致溃疡、出血等现象，严重影响产妇的正常生活。

产妇也可以自行评测盆底肌是否存在功能障碍，例如通过触摸阴道口的方式，查看是否有肿块；低头看有无脏器从阴道口脱出；日常生活以及同房时，会不会出现漏尿；排尿时收缩盆底肌是否可以中断排尿等。就盆底功能障碍而言，主要是通过保守、手术两种方式进行治疗。其中保守治疗的应用较为广泛，包括功能锻炼，子宫托等。而手术治疗主要是依据患者的年龄及症状展开，切除、修补部分脱垂的器官，尽可能

恢复大小便的正常功能。因此,本文针对产后盆底康复护理干预措施进行研究,同时分析其对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响及价值,具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究选取两组研究对象,为研究组与参照组各40例,均来自我院2020年6月-2021年6月阴道分娩产妇。所有患者对此次研究事件知情且都有完整的病历,纳入标准如下:①同意且自愿参加;②主观意识清晰;③在本院接受治疗未中断。排除标准如下:①认知、视听功能存在障碍;②治疗期间依从性差;③因外界因素中断治疗。研究组显示,产妇最小年龄为22岁,最大年龄为35岁,年龄平均数为(29.25±2.37)岁;参照组显示,产妇最小年龄为24岁,最大年龄为38岁,年龄平均数为(31.28±2.42)岁,利用统计学数据包对两组一般资料进行处理后得出无意义 $P>0.05$ 。

1.2 方法

常规护理(参照组):依照妇产科基本护理工作开展,包括相关知识的健康宣教、心理干预、饮食指导等常规护理。研究组结合常规护理干预,开展产后盆底康复护理干预,具体包括:①康复训练前期护理,首先将行康复训练的重要性予以告知,促使产妇能够积极自愿配合训练。详细正确讲解康复训练及盆底康复护理相关知识及注意基本事项,有利于消除产妇错误认知,针对产妇疑问及时耐心解答。指导产妇平躺行康复护理,期间指导产妇全身放松并掌握正确呼吸法,使会阴部自然收缩。期间指导产妇合理饮食,多食蔬菜、水果、粗纤维等促进消化的食物。②盆底康复训练流程,产妇保持平躺,护理人员同时协助其双腿保持弯曲状态,先行肛门收缩3-5s、再行放松5-10s,

两组动作反复做20-30次。指导产妇每天行4次阴道与肛门肌群收缩训练每次10分钟收缩频率^[2]③盆底低频电刺激联合生物反馈治疗,治疗前产妇将膀胱排空,平躺,利用生物反馈电刺激仪进行生物电兴奋治疗^[3]。将电极片贴于产妇骶前上棘皮肤位置,将肌电位探头缓慢探入产妇的阴道5-7cm深处,利用电极的不同电流对盆底神经与肌肉进行相对应的刺激,帮助盆底肌力更好的恢复。治疗初期阶段(1-2周),电流频率在8-33Hz、脉宽320-740 μ s。治疗后期(3-4周),电流频率在20-80 μ s,脉宽20-320 μ s。分娩后的产妇坚持生物电兴奋治疗,每周2次,每次20分钟,持续治疗4周。

1.3 判定标准

观察接受不同护理干预后两组产妇的生活质量评分、盆底功能障碍发生情况,同时利用统计学方法进行数据对比,分析护理措施的有效性及其价值。

1.4 统计学方法

计数(n%)代表率, χ^2 检验;计量($\bar{x}\pm s$),t检验。文中所生成的数据均借用SPSS21.0数据包处理, $P<0.05$ 显现检验结果有意义。

2 结果

2.1 根据两组产妇生活质量评分情况进行观察,结果可见,研究组护理后情绪功能、社会功能、角色功能、躯体功能评分均高于参照组各项评分,组间差异 $P<0.05$ 检验结果有意义;而在护理之前两组产妇生活质量评分 $P>0.05$ 检验结果无意义。见表1。

2.2 研究组盆底功能障碍发生率2(5.00%)对比参照组盆底功能障碍发生率13(32.50%)显低,表示研究组护理效果佳,两组数据分析后显示 $P<0.05$,检验结果有意义。见表2。

表1 对比两组产妇生活质量评分($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	时间	情绪功能	社会功能	角色功能	躯体功能
研究组	40	护理前	60.92±9.80	53.01±7.85	53.55±8.64	59.31±5.12
		护理后	80.02±7.70	82.45±8.10	80.63±9.30	83.62±5.60
参照组	40	护理前	61.47±9.05	54.12±6.20	53.60±9.69	59.46±5.20
		护理后	70.98±6.70	70.69±9.07	70.50±8.74	68.32±4.26

表2 对比两组盆底功能障碍发生率[(n)%]

组别	例数	压力性尿失禁	盆底痛	阴道膨出	脏器脱垂	性交痛	盆底功能障碍发生率
研究组	40	0(0.00%)	0(0.00%)	1(2.50%)	1(2.50%)	0(0.00%)	2(5.00%)
参照组	40	2(5.00%)	3(7.50%)	4(10.00%)	4(10.00%)	4(10.00%)	17(42.50%)
P							<0.05

3 讨论

盆底功能障碍是阴道分娩的一种常见并发症,此类

疾病的发生与盆底支持结构功能障碍、损伤、缺陷等因素密切相关。女性妊娠期间会对盆底功能造成一定的影响,随着胎儿在子宫内逐渐增大,产妇的体重也会逐渐增加,都会对盆底造成慢性损伤。自然分娩时,胎儿通过产道,头部会撑开盆底组织,进而对盆底结缔组织和神经造成一定的损伤,且胎儿越大,分娩难度越大,如果采用了钳产、吸引产等阴道助产方式,对患者的盆底伤害更甚。相关数据显示,产妇年龄越高,病情越严重,诱发性功能障碍、压力性尿失禁、便秘等症状的概率也就越高。骨盆是一个骨性结构,虽然具有很强的支撑作用,但需要有一个组织进行封口,如果封口组织,也就是盆底肌肉肌膜变得薄弱,就会发生盆腔脏器脱垂,盆底功能疾病由此出现。盆底功能疾病根据不同的脱垂器官可分成前、中、后盆腔,三个腔隙。前脱垂包括膀胱、尿道脱垂;中间脱垂包括子宫或无子宫的穹窿脱垂;后壁脱垂包括直肠脱垂等,此外,还有一些少见的盆底疝问题。

盆底功能障碍是阴道分娩出现几率较大的不良症状,盆腔器官脱垂、女性性功能障碍、压力性尿失禁、性交痛等均为盆底功能障碍的主要表现症状。相较之下,盆底肌功能障碍对性生活的影响是比较严重的,产妇会抑制对性的渴望及活动,同时产妇会感到自己身上有尿味,害怕性生活过程中有尿溢出,会大幅度减少新生活,甚至因过于明显的性交疼痛而甚拒绝性生活,严重影响了产妇生活质量及正常的夫妻性生活,给其心理也带来一定的负担。盆底功能障碍症状较轻时,产妇可在医师的指导下做盆底肌肉锻炼或是在医院辅助接受电刺激生物反馈治疗。症状比较严重时,则需通过手术协助盆底肌恢复其正常功能,例如恢复其脏器位置、保持脏器功能等。盆底功能障碍性疾病的治疗与否,取决于对患者生活质量的影响,治疗方式分为保守治疗与手术治疗两种。物理疗法要想增加盆底肌肉群的张力,可通过收缩肛门运动来实现。收缩肛门运动比较简单、易行,任何时间、任何地点都可以进行且不易被发现,能够在最大程度上维护患者的自尊心。除此以外,还有中药、针灸等治疗方式,在促进盆底肌肉张力恢复、缓解局部症状的方面效果较佳。

通过本文研究可见,产妇分娩后出现盆底功能障碍需及时实施科学、合理的干预手段,控制症状进一步恶化,更有利于产妇的恢复。

综上所述,产后盆底康复护理干预措施更具针对

性,对阴道分娩产妇盆底功能障碍发生情况、生活质量均具有非常高的改善作用,更有利于产妇恢复,同时提升了夫妻性生活质量,具有广泛推广价值。

参考文献

- [1] 马巧梅.产后盆底康复护理对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响[J].中国实用医药. 2021,16(03):175-176.
- [2] 陈柔珊.产后盆底康复护理对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响[J].中国实用医药. 2020,15(12):171-173.
- [3] 钱育红.产后盆底康复护理对阴道分娩产妇盆底功能障碍的改善评价[J].人人健康. 2019,(20):117.
- [4] 赖海燕,管晶.产后盆底康复护理策略对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响[J].川北医学院学报,2019,34(1):145-147.
- [5] 刘翠萍.分析产后盆底康复护理对女性盆底功能障碍的影响[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(3):134.
- [6] 薛艳,任秋伟.不同分娩方式早期盆底康复锻炼与盆底近期功能及预后状况分析[J].国际医药卫生导报,2020,26(1):104-107.[6]
- [7] 孙晓娟,任秀华.产后盆底康复护理策略对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响[J].反射疗法与康复医学 2020,29(8):117-118.
- [8] 袁佩琼.产后盆底康复护理对女性盆底功能障碍防治效果及安全性研究[J].中国实用医药,2020,15(24):172-174.
- [9] 盛喜霞,王兆杰,权晓芳,等.盆底康复对不同分娩产后盆底功能障碍的预防作用[J].中国卫生标准管理,2019,10(15):29-31.
- [10] 陆威,戴佳煜,吴貽翠,等.盆底康复技术对产后盆底功能障碍的防治作用[J].实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(6):2-23.

收稿日期: 2022 年 7 月 28 日

出刊日期: 2022 年 10 月 9 日

引用本文: 王传洪, 产后盆底康复护理干预对阴道分娩产妇盆底功能障碍的影响[J]. 当代护理, 2022, 3(8) :43-45. DOI: 10.12208/j.cn.20220338

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