

## 盆底康复治疗仪并护理对产后盆底肌力的影响

闻俊, 常克霞\*

云南省中医医院 云南昆明

**【摘要】目的** 探析盆底康复治疗仪联合护理在产妇产管理中的使用效果。**方法** 研究选取我院2022年3月~2023年1月间接收的产后盆底功能障碍产妇, 入组82例, 随机分成对照组和观察组, 均41例, 分别予以常规康复治疗、盆底康复治疗仪治疗。对比两组疗效。**结果** 在产后盆腔功能状况评估结果对比中, 无组间差异性出现,  $P > 0.05$ ; 在产后康复治疗及护理后, 两组各项指标均有波动, 但可见观察组各项指标明显优于对照组,  $P < 0.05$ 。**结论** 盆底康复治疗仪联合护理在产妇产管理中的使用突出, 值得推广使用。

**【关键词】** 盆底康复治疗仪; 护理措施; 产后恢复; 盆底肌力; 使用效果

**【收稿日期】** 2023年3月15日 **【出刊日期】** 2023年5月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000180

### Effect of Pelvic Floor Rehabilitation Therapy Instrument and Nursing on Postpartum Pelvic Floor Muscle Strength

Jun Wen, Kexia Chang\*

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

**【Abstract】Objective** To explore the effect of pelvic floor rehabilitation therapy instrument combined with nursing in maternal management. **Methods** A total of 82 postpartum women with pelvic floor dysfunction who were admitted to our hospital from March 2022 to January 2023 were randomly divided into a control group and an observation group, with 41 cases each receiving routine rehabilitation treatment and pelvic floor rehabilitation treatment equipment. Compare the efficacy of the two groups. **Results** In the comparison of evaluation results of postpartum pelvic function, there was no difference between groups ( $P > 0.05$ ); After postpartum rehabilitation treatment and nursing, various indicators in both groups fluctuated, but it can be seen that various indicators in the observation group were significantly better than those in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The use of pelvic floor rehabilitation therapy instrument combined with nursing care in maternal management is prominent and worthy of promotion.

**【Key words】** pelvic floor rehabilitation therapy instrument; Nursing measures; Postnatal recovery; Pelvic floor muscle strength; Usage effect

对于分娩的女性而言, 在产后也很容易出现盆底功能障碍性疾病, 不管是剖宫产还是自然分娩, 都会对女性的盆底肌力产生一定影响, 期间若不能予以及时有效的康复治疗, 则可能导致FPFD的发生率大大提升<sup>[1-2]</sup>。据相关调查研究结果显示, 女性分娩后予以康复训练治疗利于改善其盆底肌力, 促进产妇产后恢复速度, 提升产妇产后生存质量<sup>[3]</sup>。盆底康复治疗仪是一种高科技女性盆底功能康复训练辅助仪器, 其集盆底肌评估、自由锻炼功能为一体, 相较于单独康复训

练治疗, 更偏向于辅以产后康复训练, 促进产妇产后盆底功能的恢复, 避免各类相关并发症的出现<sup>[4]</sup>。特此, 本文选取我院2022年3月~2023年1月间接收的82例产后盆底功能障碍产妇, 针对盆底康复治疗仪联合护理在其中的使用效果展开对比分析, 并做如下报告。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

研究选取我院2022年3月~2023年1月间接收的产后盆底功能障碍产妇, 入组82例, 随机分成对照组和观察组, 均41例, 分别予以常规康复治疗、盆底康复治疗仪治疗。在两组患者的一般资料统计中, 对照

\* 通讯作者: 常克霞

组年龄范围及均值分别为 23 岁~35 岁、(29.55±5.33) 岁, 孕周范围及均值分别为 38 周~41 周、(40.04±1.54) 周, 第二产程时间范围及均值分别为 30min~125min、(65.59±29.69) min; 观察组年龄范围及均值分别为 22 岁~36 岁、(30.54±5.27) 岁, 孕周范围及均值分别为 38 周~41 周、(39.87±1.60) 周, 第二产程时间范围及均值分别为 32min~126min、(65.71±29.57) min。在上述基本资料的任意项对比中, 均未发现有组间差异, P>0.05, 具有可比性。研究经伦理委员会审核批准。

纳入标准: (1) 入组对象都是我院收治确诊为盆底功能障碍者; (2) 都有清晰的意识, 可自行完成相关量表、问卷填写; (3) 对研究内容认可, 为自愿参与者。

排除标准: (1) 在妊娠期有较为严重并发症; (2) 在分娩过程中发生产道损伤问题; (3) 曾进行过盆腔手术的患者; (4) 已经参与到其他试验研究者中。

1.2 方法

对照组: 常规康复治疗。1) 腹肌训练操: 采取平躺、脸朝上的姿势, 双腿并拢, 保持双腿伸直并缓慢向上抬起, 当脚抬至 20~30 厘米高度时, 再将双腿缓慢放下。以上动作, 每次持续 5~10 秒, 重复进行 3~5 次。2) 臀髋配合操: 脸朝上, 平躺在床上或垫子上, 先抬左臂, 同时弯曲右侧髋部和膝关节, 使右侧大腿尽量靠近腹部; 做完后恢复原位。再换成右臂和左侧髋关节及膝关节, 进行相同的动作。重复 3~5 次后恢复原位。3) 抬足跟收肛操: 采取脸朝上平躺的姿势, 双脚脚跟同时缓慢抬起, 离开所躺平面的同时吸气做提肛运动, 维持 5 秒后, 缓慢放下双腿同时呼气。重复 3~5 次。4) 屈腿压腹操: 脸朝上, 平躺, 双臂侧平举, 手心向上, 弯曲双膝, 同时将双腿缓慢抬起, 使大腿部位逐渐接近腹部, 此时双臂抱膝压腹, 借助腿部用力挤压小腹部, 臀部下方离开床平面。然后将双手放开。双腿缓慢伸直, 恢复到平躺的原位。重复做这些动作 3~5 次。5) 抬身收肛操: 脸朝上, 平躺, 双手在身体两侧, 手心朝下, 慢慢吸气, 收缩腹部, 双手按压所躺的床面,

借助按压的力量让上体缓慢坐起同时收缩肛门, 然后再将上体缓慢地躺下恢复原位。将这些动作重复做 3~5 次。6) 分膝操: 脸朝上, 平躺, 膝部缓慢弯曲。让双膝缓慢地向外侧分开, 并尽力使双膝分开到最大程度, 然后再向内闭合, 缓慢恢复至原位。将这些动作重复做 3~5 次。

观察组: 常规康复治疗+盆底康复治疗仪治疗+护理。本组中产妇在产后同样进行上述康复治疗及护理, 不同点在于联合使用盆底康复治疗仪。在正式干预之前, 告知产妇将膀胱排空; 在使用时, 需指导产妇取膀胱截石位, 此时将治疗仪探头伸入到产妇阴道中, 直至宫颈外口。此时, 将表面电极片粘贴在产妇的下腹部及双侧髂前上棘部位。在进行电刺激期间, 初始的频率调整为 50Hz, 然后依据产妇的耐受度逐渐增加频率至 80Hz, 以产妇肌肉收缩但不疼痛为准, 每周进行 3 次, 每次持续 30min 即可。

1.3 观察指标

盆底功能相关评估: 本研究主要通过盆底影响问卷简表(PFIQ-7), 以及盆底肌力手测分级法(Oxford 评分法) 进行评估。期间, PFIQ-7 这项简表中所涉及的内容有膀胱、阴道、肠道三个大指标, 其中涵盖有日常生活等询问事项, 按照不同影响程度赋予分值, 分成四档, 即无影响、一点影响、较大影响、严重影响, 对应分值是 0、1、2、3 分, 总分在 0-100 分之间, 分值越低代表盆底影响越小; Oxford 评分法则是根据盆底肌力轻度的测定, 以五分制为准, 0 分表示骨盆无收缩肌力, 分值越高则表示盆腔肌力越好。

1.4 统计学方法

研究期间所用工具为 SPSS 23.0, 经归总划分为计量(符合正态分布)和计数两类, 分别用 ( $\bar{x}\pm s$ )、[n (%)] 表示, 并经 t、 $\chi^2$  值校对, 仅 P<0.05 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组盆底功能相关不良事件发生几率比较

观察组中发生尿失禁等盆底功能障碍相关并发症的几率明显低于对照组, P<0.05。见表 1。

表 1 两组盆底功能相关不良事件发生几率比较[n (%)]

组别	例数	尿失禁	大便失禁	子宫脱垂
对照组	41	12 (29.27)	9 (21.95)	10 (24.39)
观察组	41	3 (7.32)	1 (2.44)	2 (4.88)
$\chi^2$	-	6.609	7.289	6.248
P	-	0.010	0.007	0.012

在进行康复治疗护理前的盆底功能相关评估指标比较中, 对照组膀胱、肠道、阴道、Oxford 指标水平值对应为(43.52±6.99)分、(46.52±5.98)分、(46.62±5.23)分、(3.16±0.02)分; 观察组膀胱、肠道、阴道、Oxford 指标水平值对应为(43.61±6.32)分、(46.61±6.32)分、(46.27±6.28)分、(3.14±0.23)分。提示, 两组康复治疗护理前的盆底功能相关评估指标无组间对比差异,  $t=0.061、0.066、0.274、0.555, P>0.05$ 。

在完成康复治疗护理后的盆底功能相关评估指标比较中, 对照组膀胱、肠道、阴道、Oxford 指标水平值对应为(50.60±5.50)分、(52.88±4.47)分、(52.17±4.69)分、(2.15±0.12)分; 观察组膀胱、肠道、阴道、Oxford 指标水平值对应为(45.63±4.13)分、(43.68±3.24)分、(42.56±3.56)分、(3.45±0.35)分。提示, 观察组各项指标水平值明显优于对照组,  $t=4.627、10.670、10.451、22.497, P<0.05$ 。

### 3 讨论

据相关调查研究结果显示, 产后盆底功能障碍性疾病的出现关键诱发因素就是妊娠和分娩, 从妊娠到分娩期间, 产妇的肛提肌会受到机械性损伤, 使得产妇的阴部神经受到不良影响, 以此使得产妇的阴道松弛, 甚至有一些严重者会发生子宫脱垂、膀胱脱垂的问题, 有一些产妇产后存在尿失禁、大便失禁的问题, 使得产妇的产后生存质量大大降低<sup>[5]</sup>。

临床中已经进行了多项研究, 发现采取有效的、及时的康复治疗具有重要意义。盆底肌锻炼的开展能够提升盆底肌群的自主性收缩情况, 使得产妇产后盆底肌肌力增强。盆底康复治疗仪是一种无创且有效的康复治疗手段, 经生物反馈与电刺激的联合使用, 能够促使产妇的神经肌肉兴奋、放松, 利于对肌力的调整, 促进受损盆底软组织张力的恢复<sup>[6]</sup>。

本项研究中, 可见观察组经护理后各项指标明显优于对照组,  $P<0.05$ 。分析原因, 主要是因为盆底康复治疗仪的使用可通过阴道中电极片获取持续不同频率的电流, 以此实现对产妇盆底的电刺激, 促进盆底肌肉的收缩, 使得肌肉本体感觉刺激被有效唤醒, 以此改善盆底肌力。此外, 在该项仪器使用期间, 生物反馈、盆底功能康复训练等措施的运用也实现了对产妇的个体化指导, 相较于单纯盆底功能康复训练的作用更突出, 能够予以患者针对性训练, 让患者盆底肌

肉活动信号转变为视听信号, 以此将产妇盆底肌肉的状态直观呈现出来, 利于相关医疗人员对产妇产后盆底肌力的了解和掌握, 以此制定更贴合产妇实际的康复训练方案。此外, 上述措施的综合运用, 也能够强化对盆底肌肉收缩能力的训练, 增强康复治疗效果, 进一步减轻盆底功能障碍<sup>[7-8]</sup>。

综上所述, 盆底康复治疗仪联合护理在产妇管理中的使用效果突出, 值得推广使用。

### 参考文献

- [1] 苏海兰, 罗丽琼, 肖彩兰. 盆底康复治疗对良性妇科疾病行全子宫切除术患者盆底肌力、疲劳度及性功能的影响[J]. 中国性科学, 2020, 29 (12) : 85-88.
- [2] 谷特. 产后早期不同时段个体化盆底康复治疗对促进产妇盆底肌力及盆底功能改善的效果分析[J]. 中国医药指南, 2020, 18 (06) : 76-77.
- [3] 赵莺姝. 盆底康复治疗仪联合早期功能训练在经阴道分娩初产妇中的应用效果[J]. 医疗装备, 2021, 34 (24) : 133-134.
- [4] 尹良艳. 刺激生物反馈疗法结合盆底康复治疗仪对产后盆底肌力减退及尿失禁的疗效分析[J]. 中国实用乡村医生杂志, 2022, 29 (11) : 60-63.
- [5] 洪对霞. 神经肌肉刺激治疗仪联合康复训练对产后压力性尿失禁患者盆底肌力恢复的影响[J]. 实用中西医结合临床, 2021, 21 (13) : 134-135.
- [6] 谢文英, 周睿. 盆底康复治疗仪联合 Kegel 训练对女性压力性尿失禁患者康复效果的影响[J]. 医疗装备, 2021, 34 (24) : 189-190.
- [7] 佟欣. 盆底康复治疗仪联合生物反馈训练在产后盆底脏器脱垂患者治疗中的应用效果[J]. 医疗装备, 2022, 35 (06) : 102-104.
- [8] 张美媛, 吕梅桃, 刘冬凤. 盆底康复治疗仪联合盆底肌锻炼在产后压力性尿失禁患者中的效果[J]. 吉林医学, 2022, 43 (10) : 2783-2786.

版权声明: ©2023 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。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS