

不同年龄段初产妇不同分娩方式后盆底肌力的变化

赵婷¹ 王晨¹ 张璐²

1. 宝鸡职业技术学院 陕西宝鸡 721000

2. 岐山县医院 陕西宝鸡 721000

摘要:目的: 不同年龄段初产妇不同分娩方式后盆底肌力的变化。方法: 选择2021年5月至2022年5月治疗的患者80名进行探究, 对比不同年龄不同分娩方式产后盆底肌力的变化情况, 观察不同年龄段初产妇不同方式接生后盆底肌力的变化。结果: 无保护接生的初产妇产后盆底肌力、收缩力、静息状态等指标优于传统接生; 24-30岁年龄段无保护接生的患者分娩后一个月盆底肌功能恢复优于30岁以上的初产妇, 差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。结论: 不同年龄段的初产妇采取不一样的分娩和接生方式, 产后盆底肌的恢复也会存在很大的差异; 年龄、分娩方式对盆底肌力恢复至关重要, 大于30岁的初产妇产后盆底肌下降更明显, 无保护接生的初产妇盆底肌力恢复更好, 建议24-30岁之间的初产妇可以选择无保护接生分娩, 值得推广应用。

关键词: 不同年龄段; 初产妇; 不同分娩方式; 盆底肌力变化

Changes of pelvic floor muscle strength in primipara of different ages after different delivery methods

Ting Zhao¹, Chen Wang¹, Lu Zhang²

Baoji Vocational and Technical College 1 Qishan County Hospital Neurosurgery 2 Shaanxi Baoji 721000

Abstract: Objective: To study the changes of pelvic floor muscle strength in primipara of different ages and delivery methods. Methods: 80 patients treated from May 2021 to May 2022 were selected to investigate the changes of pelvic floor muscle strength after delivery in different age and different delivery methods, and the changes of pelvic floor muscle strength after delivery in different ways in primipara of different age were observed. Results: The indexes of pelvic floor muscle strength, contractility and resting state of unprotected primipara were better than those of traditional delivery; One month after delivery, the pelvic floor muscle function of the unprotected midwives aged 24-30 years was better than that of the primipara over 30 years old, with a statistically significant difference ($P < 0.05$). Conclusion: The primipara of different ages adopt different delivery and midwifery methods, and the recovery of postpartum pelvic floor muscles will also be very different; Age and delivery mode are crucial to the recovery of pelvic floor muscle strength. The decline of pelvic floor muscle is more obvious for primipara over 30 years old after delivery, and the recovery of pelvic floor muscle strength is better for primipara without protective delivery. It is recommended that primipara between 24 and 30 years old can choose unprotected delivery, which is worth popularizing.

Key words: different age groups; Primipara; Different modes of delivery; Changes in pelvic floor muscle strength

最近几年来, 很多产妇对分娩方式更加重视, 据不完全统计^[1], 有大约 45% 现不同程度的盆底肌功能异常障碍, 盆底肌力下降, 严重影响产后的正常生活能力和生活质量, 要找到有效的措施改善, 让产妇产后恢复更快, 减轻痛苦。顺产的过程中, 盆底肌的支撑、筋膜牵拉等, 都可能会导致产妇盆底肌松弛, 出现功能障碍症状^[2]。有学者认为, 阴道分娩是导致产后出现该症状的主要原因之一, 目前对影响盆底肌肌力的原因在临床被广泛研究, 受到很多医护人员的关注。年龄也是影像盆底肌力的重要因素。为此本次研究选择了 2021 年 5 月至

产妇 80 名进行研究探讨, 总结影响产后盆底肌力的重要原因, 为临床医护人员提供有价值的参考依据, 具体如下。

一、资料与方法

1.1 对象资料与病例选择

选择 2021 年 5 月至 2022 年 5 月分娩的初产妇 80 例。年龄 24-35 岁。均为阴道分娩的初产妇; 足月单胎; 排除有妊娠期糖尿病的; 排除不能交流的, 资料不全的; 排除有盆底肌功能异常的产妇; 排除有药物过敏史的。得到伦理委员会批准和家属同意。2022 年 5 月所选择的 80 名初产妇, 其中 40 名无保护

会阴接生,首先协助助产士和产妇进行沟通交流,为其消除产前恐惧感,减轻心理压力,缓解疼痛,协助其半卧位,抬高床尾,告知产妇产宫收缩的时候可以报膝,让身体呈屈体状态,腿部和腹部靠近,抬臀,指导产妇减轻腹压。待胎儿露出3cm的时候,开始准备接生,头部露出到会阴的时候,托住胎儿头部直到全部娩出,注意不能随意挪动胎儿的头部角度和方向,双手娩出后指导产妇正确呼吸用力。分娩期间不需要对胎儿的头部进行过多干预,尽量保护会阴部,让胎儿可以顺利娩出。下一次子宫收缩的时候两手脱出头部,告知产妇用力,确保肩部可以顺利分娩,直到胎儿腿部也顺利娩出。40名产妇进行传统接生,指导产妇正确呼吸,正确利用腹压娩出胎儿,子宫收缩的时候如果胎儿头部露出会阴,则可以采取措施保护会阴,用右手肘撑住产床,手掌大鱼际肌顶住会阴,让手腕可以用力托住会阴,左手压住胎儿头枕部,确保胎儿可以顺利娩出来,分娩过程中注意保护会阴,子宫收缩间隙,注意不要长时间挤压会阴,以免出现水肿。

1.3 观察指标 观察不同年龄段初产妇不同方式接生后盆底肌力的变化。

1.4 判断标准 盆底肌力评估:采取阴道指枕在初产妇产后一个月对其进行骨盆底肌力强度测定,一共分为六个等级,其中0分表示产妇阴道没有收缩力;1分表示产妇仅仅有轻微较少的抽动;2分表示产妇有轻微的收缩力,但是没有压迫感和提升感;3分表示产妇阴道有轻微压迫感,内缩上提明显;4分表示产妇阴道收缩正常,指诊压迫阴道能感受到明显的收缩,有反抗力;5分表示产妇阴道收缩明显,指诊压迫时,可以感受到强有力的收缩;得分0-3分表示产妇肌力下降了;4-5分表示产妇肌力测定正常。盆底肌电功能测定:使用盆底肌电生物反馈仪器,在产后一个月后监测盆底肌静息状态下的肌张力、快肌快速收缩最大值、盆底肌耐力等指标;使用治疗仪诊断会阴部的神经传导,

表2 传统接生不同年龄段分娩后盆底肌力的变化情况比较

年龄段	盆底肌力强度	静息状态	最大收缩力	持续收缩力	盆底肌耐力
24-30岁	1.84±0.81	3.13±1.12	38.4±8.31	28.4±5.3	25.3±8.0
大于30岁	0.85±0.75	1.01±0.93	83.1±5.5	16.1±4.2	16.5±5.5
F	16.300	35.588	18.312	22.478	41.338
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

三、讨论

盆底肌是产妇保护盆腔组织和脏器的重要解剖位置,分娩中对胎儿的发育和娩出极为重要,同时也会导致产妇的盆底结构出现异常变化,盆底肌力的降低与盆底肌功能障碍有紧密的联系^[4]。有学者认为^[5],经阴道分娩后阴道周围组织受到牵拉,扩张等,导致盆底肌被损伤,组织出现松弛症状,如果没有顺利娩出,可能还会影响产妇的阴道神经,盆底肌肉神经,使得肌力下降,

阴道神经的正常值应该小于或者是等于0.8ms,用气囊压力测定产妇的阴道动态压力,一般情况下正常值在80-150cmH₂O,治疗仪诊断观察组红色曲线最高点到6s后下降比率表示为肌肉疲劳点,0表示正常,低于0表示异常状态。

1.5 统计学方法 用SPSS22.0进行统计;计数用n(%), χ^2 检验;计量用($\bar{x} \pm s$),t检验;P<0.05有统计学意义。

2 结果

2.1 不同分娩方式后盆底肌力的变化情况比较 经统计,无保护接生组盆底肌力指标更好更稳定,两组比较,P<0.05,有统计学意义,见表1所示。

表1 不同分娩方式后盆底肌力的变化情况比较

分娩方式	盆底肌力强度	静息状态	最大收缩力	持续收缩力	盆底肌耐力
无保护接生	3.54±1.21	8.05±1.61	45.9±13.1	27.8±7.3	24.7±5.1
传统接生	1.93±0.85	3.02±1.31	33.4±11.2	23.3±4.9	22.1±3.2
T	3.012	4.836	3.110	0.681	5.731
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 无保护接生不同年龄段分娩后盆底肌力的变化情况比较 经统计,30岁以下无保护接生组盆底肌力指产后恢复更快,P<0.05,有统计学意义,见表2。

表2 无保护接生不同年龄段分娩后盆底肌力的变化情况比较

年龄段	盆底肌力强度	静息状态	最大收缩力	持续收缩力	盆底肌耐力
24-30岁	3.54±1.21	8.16±1.55	47.8±15.2	28.8±8.3	22.3±8.0
大于30岁	0.55±0.24	4.40±1.05	35.5±12.2	20.2±5.5	18.1±5.8
F	22.376	31.036	6.380	20.667	21.250
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 传统接生不同年龄段分娩后盆底肌力的变化情况比较 见表3。

影响其产后的正常生活能力,要找到科学有效的措施进行预防,改善预后,提高产妇产后的生活质量。有研究表明^[6],年龄对产妇盆底肌力有较大的影响,但是目前临床上对该结果的研究较少。目前临床上大量研究结果显示,23-30岁是女性分娩的最佳阶段,大于三十岁以上的初产妇则可能产后影响更大。以往传统的研究主要是关注剖宫产和阴道分娩对比,发现两者对盆底肌的损伤差异不大。早期进行产后盆底肌功能训练,例如肌电

刺激康复治疗产妇产后盆底肌功能恢复更快更好。阴道分娩会对产妇的盆底肌结构造成较大的损伤，无保护接生的产妇盆底肌肌力强度评分、静息状态、收缩力等比传统接生的更好，说明无保护接生对产妇的影响较小。传统接生主要是用大小鱼际肌向上托住会阴，会引起撕裂伤，降低会阴的弹性和组织能力，一旦用力较大，则会导致撕裂程度增大，降低盆底肌张力^[7]。无保护接生主要是在分娩期间没有采取措施保护，用左右放在胎儿头下面，可以控制娩出速度，让会阴组织弹性更大，从而有利于保护胎儿的安全，避免严重的撕裂伤，同时也可以保护盆底肌功能。本次实验发现，23-30岁的初产妇无保护接生后一个月盆底肌力测定结果比大于30岁的初产妇结果更好，说明在分娩方式一样的状态下，年龄大于30岁的初产妇盆底肌损伤更严重。分娩导致的阴道损伤会随着年龄的增大而更加严重，说明年龄、分娩方式均是影响盆底肌力的原因，因此分娩的时候尽量选择无保护接生分娩，尽量保护盆底肌力，让初产妇产后可以恢复更快^[8]。

综上所述，不同年龄段的初产妇采取不一样的分娩和接生方式，产后盆底肌的恢复也会存在很大的差异；年龄、分娩方式对盆底肌力恢复至关重要，大于30岁的初产妇产后盆底肌下降更明显，无保护接生的初产妇盆底肌力恢复更好，建议24-30岁之间的初产妇可以选择无保护接生分娩，

参考文献:

[1] 刘延玲,周志强.初产妇不同分娩方式中产后

盆底肌力筛查情况及影响因素分析[J].临床研究,2022,30(9):49-52.

[2] 黄婷,欧阳欢,颜萌.产后操联合盆底康复训练对初产妇盆底肌肌力与尿失禁的影响[J].基层医学论坛,2021,25(27):3929-3930.

[3] Zanetti M í riam Raquel Diniz,Dourado Victor Zuniga,Scudeller Tânia Terezinha,Vieira Edgar Ramos,Amaral Maria Teresa Pace do. Pelvic Floor Muscle Strength and the Postural Balance in Middle-Aged Women: A Pilot Study[J]. Physical & Occupational Therapy In Geriatrics,2022,40(4).[4]

[4] 徐海燕.盆底康复治疗对经阴道分娩初产妇盆底肌力与压力的改善效果[J].大医生,2021,6(5):19-21.

[5] 钱丽琼,陆影仪,卢玉珊.孕期瑜伽训练对改善初产妇盆底肌肌力的效果[J].中国卫生标准管理,2021(20):132-135.

[6] 孙萌,李爱敏,张红娟.30dB音乐疗法配合盆底康复训练对初产妇自然分娩后盆底肌力及盆底受损症状的影响[J].医学理论与实践,2021,34(17):3105-3106.

[7] Baik Seung Min, Lee Jihyun. Effect of Different Pelvic-Drop Exercises On Muscle Activity In Patients With Gluteus Medius Muscle Weakness[J]. Archives of Physical Medicine and Rehabilitation,2022,103(12).

[8] 赵曼丹,骆婕,李筠,等.不同盆底肌功能康复训练方法对产后盆底肌功能降低初产妇的恢复作用[J].中外医疗,2021,40(23):58-60,73.

【课题编号:20JK0490】