

人性化护理在盆底肌康复训练治疗产后盆底肌功能障碍中的应用及对产妇盆底功能的影响

袁文香 王雪梅 谢志明

(峡江县人民体检科 江西峡江 331409)

【摘要】目的：探讨人性化护理在盆底肌康复训练治疗产后盆底肌功能障碍中的应用及对产妇盆底功能的影响。方法 选取2019年2月-2020年2月就诊的盆底肌功能障碍产妇126例，随机分为两组，两组产妇均行盆底肌康复训练，对照组叠加实施常规护理，研究组叠加实施人性化护理。比较两组生活质量、尿失禁、1h漏尿量变化情况，比较两组盆底肌改善情况，比较两组护理满意度。结果 两组护理后I-QOL评分均高于护理前，ICIQ-SF评分、1h漏尿量均低于护理前 ($P < 0.05$)，研究组护理后I-QOL评分高于对照组，ICIQ-SF评分、1h漏尿量均低于对照组 ($P < 0.05$)；盆底肌改善方面，研究组总有效率高于对照组 ($P < 0.05$)；研究组护理满意度高于对照组 ($P < 0.05$)。结论 人性化护理应用在盆底肌康复训练治疗产后盆底肌功能障碍产妇中，产妇盆底肌功能可获得有效恢复，减少压力性尿失禁情况，产妇满意度更高，值得临床推广。

【关键词】满意度；压力性尿失禁；盆底肌康复训练；人性化护理；盆底肌功能障碍

The application of humanized nursing in pelvic floor muscle rehabilitation training for postpartum pelvic floor muscle dysfunction and its influence on maternal pelvic floor function

Yuan Wenxiang Wang Xuemei Xie Zhiming

(Xiajiang County People's Physical Examination Department, Jiangxi Xiajiang 331409)

[Abstract] Objective: To explore the application of humanized nursing in pelvic floor muscle rehabilitation training for postpartum pelvic floor muscle dysfunction and its influence on maternal pelvic floor function. Methods 126 women with pelvic floor muscle dysfunction from February 2019 to February 2020 were selected and randomly divided into two groups. Both groups of women underwent pelvic floor muscle rehabilitation training, the control group added routine care, and the research group added humanized care. Compared quality of life, urinary incontinence, urinary leakage in 1h, pelvic floor muscle improvement and nursing satisfaction between the two groups. Results I-QOL scores were higher than before nursing, ICIQ-SF score and 1h urine leakage were lower than before nursing ($P < 0.05$), I-QOL scores were higher than the control group, ICIQ-SF score and 1h urine leakage were lower than the control group ($P < 0.05$), the total response rate was higher than the control group ($P < 0.05$), and the study group was higher than the control group ($P < 0.05$). Conclusion Humanized nursing application in the pelvic floor muscle rehabilitation training and treatment of postpartum pelvic floor muscle dysfunction, maternal pelvic floor muscle function can be effectively restored, reduce stress urinary incontinence, maternal satisfaction is higher, which is worthy of clinical promotion.

[Key words] Satisfaction; stress urinary incontinence; pelvic floor muscle rehabilitation training; humanized care; pelvic floor muscle dysfunction

盆底肌功能障碍表现为盆腔疼痛、性功能障碍、压力性尿失禁等，临床认为受创、受压的盆底肌肉发生神经、肌肉损伤造成，该疾病多见于妊娠期、分娩期女性，对产妇的生活质量有着极大影响^[1]。盆底肌康复训练能够缓解盆底肌功能障碍疾病的临床症状，使盆底肌肌力获得增强，是盆底肌功能障碍的常用治疗手段。可是由于大部分产妇训练依从性较低，对康复训练重视程度不够，没有充分认识盆底肌功能

训练，造成康复训练效果欠佳^[2]。人性化护理属于创造整体性的有效护理模式，护理目的在于缓解产妇不适症状，保持产妇身心上舒适状态，是一种个性化、创造性的护理模式。本次研究将人性化护理应用在盆底肌功能障碍产妇盆底肌康复训练治疗中，探讨其应用价值，及对产妇盆底功能的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2019年2月-2020年2月就诊的盆底肌功能障碍产妇126例, 产妇均通过妇科、膀胱容量、B超检测确诊, 均无子宫手术史, 能够正常沟通交流, 盆底肌力为I级、II级, 均为经阴道自然分娩, 均为足月单胎产妇。将126例产妇随机分为两组, 对照组63例, 年龄23-43岁, 平均年龄(33.3±6.6)岁, 平均体质量指数(BMI)(25.1±3.9)kg/m², 其中, 经产妇21例, 初产妇42例; 盆底肌力: I级38例, II级25例。研究组63例, 年龄22-44岁, 平均年龄(33.5±6.4)岁, 平均体质量指数(BMI)(25.2±4.0)kg/m², 其中, 经产妇24例, 初产妇39例; 盆底肌力: I级36例, II级27例。两组产妇一般资料具有可比性(P>0.05)。

1.2 方法

两组产妇均行盆底肌康复训练。训练方法为: ①收腹提肛训练。每天3次, 每次15-25min, 反复训练呼吸放松5s, 收缩肛门5s。训练时, 深呼气, 双腿屈曲, 观察肌肉收缩时间, 严格控制训练强度。②肌肉群收缩训练。每天3次, 每次15-25min, 快速收缩盆底肌3次, 此时大腿肌肉、腹肌要完全放松, 注意收缩维持3s, 放松6s后重复训练。

对照组叠加实施常规护理。在盆底肌康复训练的同时给予产妇常规护理。观察产妇的耐受情况, 合理控制室内的湿度、温度; 告知产妇避免饭后训练, 应在训练前排空膀胱, 训练期间给予针对性技术指导, 以产妇感觉肌肉无痛、跳动

感为宜, 注意循序渐进; 排尿时刺激膀胱收缩, 通过减缓尿流、暂停尿流等方式, 改善尿失禁症状; 提高产妇对康复训练的重视程度, 为产妇讲解康复训练的注意事项、作用、方法。

研究组叠加实施人性化护理。在盆底肌康复训练的同时给予产妇人性化护理。完成常规护理的基础上, 详细充分考虑到产妇的自身心理需求, 每个护理环节中实施人性化护理措施。了解产妇的自身性格特征、语言理解能力, 增强与产妇交流、沟通, 对产妇进行综合评定, 使产妇感受到被尊重感、关怀感。护理过程中, 不断完善护理措施, 解决存在的问题, 增强产妇战胜疾病的信心, 赢得产妇的信赖, 提高产妇的训练依从性, 更加积极主动进行相关训练。

1.3 观察指标

- (1) 比较两组生活质量、尿失禁、1h漏尿量变化情况。
- (2) 比较两组盆底肌改善情况。
- (3) 比较两组护理满意度。

1.4 统计学方法

数据应用 SPSS18.0 进行分析, 其中计数进行 X²(%) 检验, 计量进行 t 检测 ($\bar{x} \pm s$) 检验, P<0.05 提示有显著差异。

2 结果

2.1 两组护理后I-QOL评分均高于护理前, ICIQ-SF评分、1h漏尿量均低于护理前(P<0.05), 研究组护理后I-QOL评分高于对照组, ICIQ-SF评分、1h漏尿量均低于对照组(P<0.05), 具体见表1。

表1 两组生活质量、尿失禁、1h漏尿量对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	I-QOL 评分(分)		ICIQ-SF 评分(分)		1h漏尿量(g)	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	63	34.8±4.7	61.3±5.6 ^a	13.8±1.4	6.6±0.7 ^a	9.2±0.5	5.3±1.1 ^a
研究组	63	33.7±4.6	71.2±6.8 ^a	13.9±1.5	3.4±0.5 ^a	9.1±0.4	2.3±0.1 ^a
T 值		1.148	19.982	0.150	13.245	0.202	13.341
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

注: 与护理前对比, ^aP<0.05。

2.2 盆底肌改善方面, 研究组总有效率高于对照组(P<0.05), 具体见表2。

表2 两组盆底肌改善情况对比(例, %)

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
对照组	63	29 (46.0)	25 (39.7)	9 (14.3)	54 (85.7)
研究组	63	37 (58.7)	25 (39.7)	1 (1.6)	62 (98.4)
X ² 值	/				6.359
P 值	/				<0.05

2.3 研究组护理满意度高于对照组(P<0.05), 具体见表3。

表3 两组护理满意度对比(例, %)

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
对照组	63	19 (30.2)	27 (42.9)	17 (27.0)	46 (73.0)
研究组	63	28 (44.4)	30 (47.6)	5 (7.9)	58 (92.1)
X ² 值	/				9.559
P 值	/				<0.05

3 讨论

盆底肌功能障碍产妇康复训练期间实施人性化护理干预,能更好地了解产妇的身体状况,与产妇之间的沟通更强,给产妇的人格尊严极大满足,对心情抑郁、情绪低落的产妇进行疏导,指导产妇相关护理、康复知识,与产妇勤沟通交流,展示人性化护理以人为本的护理理念,令安全舒适的理念深入产妇心中,最大程度减少医患矛盾的发生,使产妇充分信任医护人员,抑郁、躁动、不良情绪得到极大缓解,更好地配合医护人员护理、治疗,提高康复、护理效果^[3-4]。同时,人性化护理也加强了护理人员的护理能力,业务知识水平得到提升,自身专业知识能力加强,更好地为产妇提供优质服务,促进产妇产后的快速恢复^[5]。

本次研究,对照组叠加实施常规护理,研究组叠加实施人性化护理。结果显示,研究组护理后 I-QOL 评分高于对照组,ICIQ-SF 评分、1h 漏尿量均低于对照组;盆底肌改善及护理满意度方面,研究组总有效率、满意度均高于对照组。表明人性化护理应用在盆底肌康复训练治疗中,产妇盆底功能改善效果更好,满意度更高。分析原因可能是,人性化护理措施能提高产妇康复训练的积极性,帮助产妇更准确定位和正确开展康复训练,更好地有效改善盆底肌力,促进产妇身体康复^[6]。

综上所述,人性化护理应用在盆底肌康复训练治疗产后盆底肌功能障碍产妇中,产妇盆底肌功能可获得有效恢复,减少压力性尿失禁情况,产妇满意度更高,值得临床推广。

参考文献:

- [1]Kari Bø. Is abdominal hypopressive technique effective in the prevention and treatment of pelvic floor dysfunction? Marketing or evidence from high-quality clinical trials?[J]. British Journal of Sports Medicine, 2019, 53(2): 135-136.
- [2]Govind V, Mitchell L, Tolson H, et al. 085 Exploring Comorbidity of Anxiety and Depression in Vulvodynia with Associated Overactive Pelvic Floor Muscle Dysfunction[J]. Journal of Sexual Medicine, 2019, 16(6): S32-S33.
- [3]徐晓聪,吕红芳,方笑爱,等.针对性盆底康复措施对产后盆底功能障碍妇女盆底肌力和生活质量的改善作用分析[J].中国妇幼保健,2020, 20(9): 1634-1636.
- [4]Preda A, Moreira S. Stress Urinary Incontinence and Female Sexual Dysfunction: The Role of Pelvic Floor Rehabilitation[J]. Acta medica portuguesa, 2019, 32(11): 721-726.
- [5]Hodges P, Stafford R, Coughlin G D, et al. Efficacy of a personalised pelvic floor muscle training programme on urinary incontinence after radical prostatectomy (MaTchUP): protocol for a randomised controlled trial[J]. BMJ Open, 2019, 9(5): e028288-e028289.
- [6]曹永梅,任晓娟.人性化护理对产妇产后焦虑与抑郁评分的影响[J].山西医药杂志,2019,48(22): 119-121.