

罹患盆底功能障碍怎么办

黄勤华

成都新都区妇幼保健院妇产科 610500

【中图分类号】R711

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 07-114-01

什么是盆底功能障碍？

盆底功能障碍使一种疾病，主要是因为盆底的支持组织的缺陷、损伤而引起盆底功能发生障碍，盆底的支持组织发生松弛而引发的。

盆底功能障碍性疾病主要包括盆腔器官脱垂、尿失禁、慢性盆腔疼痛、性功能障碍、大便失禁，具体如下：

1、盆腔器官脱垂：主要包括子宫的脱垂以及阴道的脱垂等，其表现是用力、咳嗽以及在弹跳运动的时期在阴道口处出现脱出物；

2、尿失禁：主要病因且发病率较高，表现为咳嗽、打喷嚏、在大笑的时候尿液会自行的流出，女性在初发尿失禁的时候一般比较常见于妊娠期、产褥期等。而随着生活质量的不断提升和改善以及进行盆底肌肉的运动锻炼，尿失禁在一定程度上得到了缓解。女性到围绝经期的时候，尿失禁的症状还会再次加重，而在这种时候大多都要通过手术来进行治疗了。也建议女性在产褥期，如果出现轻度漏尿的现象，应该及时的进行治疗；

3、慢性盆腔疼痛：主要是通过盆底康复治疗的方法进行治疗，并且可以得到较大改善；

4、大便失禁：主要多见于产后的女性，表现是：不自主的进行肛门排气，这种现象被视为疾病的先兆现象，在早期的时候应该及时进行盆底的康复治疗，可以得到很大的改善；

5、性功能障碍：这种疾病的发病率在 20%-40%，建议到医院盆底康复中心进行治疗。

这些疾病中主要是以盆腔器官脱垂和尿失禁为主，这盆底障碍性的疾病不仅影响生命安全，对女性的生活质量也造成了很大的影响，所以这种疾病也因此有了一个特别的称呼“社交癌”。

导致盆底功能障碍的原因

女性盆底功能障碍性疾病的主要的诱因就是妊娠和分娩，在妊娠时期因为宫腔内胎儿的向下的作用，以及在分娩时盆底筋膜、韧带、肌肉都会因为牵拉而发生一定的损伤，所以在产后是比较容易发生盆底功能障碍性疾病的；特别是难产的患者在行使产钳助产以及抬头吸引助产，都会造成盆底组织发生损伤；如果产妇在产后没有的到良好的修复，也是容易发生盆底功能障碍性疾病的；还有老年衰老因素，因为随

着年龄的增长雌激素的水平在不断的下降，所以就会造成盆底的支持结构发生萎缩，从而发生盆底功能障碍性疾病；慢性咳嗽、长期便秘、过度肥胖都会增加腹部的压力，从而引发盆底功能障碍性的疾病。

主要的治疗方法

治疗的方法有非手术治疗和手术治疗。

非手术治疗：适用于轻度的脱垂、年龄大同时又合并这内外科疾病并且不耐受手术、不愿意接受手术治疗的患者。

1. 支持疗法；

2. 子宫托：主要适用于子宫脱垂或者是阴道后壁膨出的患者；

注意事项：子宫托的大小因人而异，主要以放置后部脱垂和舒适为准；

3. 盆底肌训练。

手术治疗：主要适用于Ⅱ度以上的脱垂的患者，并且合并直肠、膀胱膨出有症状者以及进行非手术治疗无效的患者。

1. 手术禁忌证：严重的功能不全的患者以及对手术不耐受的患者；没有控制血糖、血压以及凝血功能障碍的患者。

2. 手术前的注意事项：充分对患者进行解释，使患者知情；必要时可以做尿动力学检查在决定是不是要进行抗尿失禁的手术；根据患者的自身的情况以及意愿选择合适的治疗方法。

3. 手术的方法：曼式手术；阴式全子宫切除术以及阴道前壁和后壁膨出修复术；生物网片的阴道前壁修补术。

预防措施

想要预防盆底功能障碍性疾病应该做到早筛查、早诊断、早干预。因为盆底功能障碍性疾病的发生率在 45% 以上，所以在产后的 42 天时应该在恶露干净以后进行一次检查。妇科病的患者，如果出现阴道松弛、子宫前后壁脱垂、阴道前后壁脱垂、尿失禁等一些盆底功能障碍性疾病的症状的和体征的女性以及围绝经期的女性、人流术后的女性、盆腔术后三个月的女性，还是建议应该尽早的检查，尽早的诊断和尽早的治疗。可以通过一生的触诊、设备检测、彩超等，制定一个个性化的治疗方案，包括对盆底肌进行训练和凯格尔运动以及腹式呼吸等；儿慢性的盆腔疼痛的患者可以进行按摩疗法来降低盆底肌的张力和紧张度，同时害可以进行电刺激和生物反馈治疗和中医疗法等。

(上接第 113 页)

进行隔离，避免感染情况持续扩大。卫生院为改进医院病例监测可以，以管理为手段、监测为基础、控制为目的，建设并完善相应的漏报、迟报奖励制度，要求卫生院各部门对发生感染的病例要在 24h 内进行报告，一旦发现感染病例，根据感染情况采取相应的隔离、防护措施并做好环境、物表的清洁消毒，调查感染原因，避免感染扩大。在消毒、隔离、防护管理上，卫生院严格执行自身制定的消毒、隔离、防护制度，按照相关制度对消毒、隔离、防护工作质量进行检查。

当院感管理部门发现问题时要及时通知当事人及所在科室负责人对存在的问题分析原因、进行整改，院感管理部门还要对存在问题的科室个人进行追踪评价，以确保消毒、隔离、防护工作质量。在督查的同时还要制定奖惩制度，例如，所有消毒工作必须严格按照制定的制度进行，若某一科室或某个人出现不执行或者执行不合格情况，追究相关工作人员及科室负责人的责任，并进行惩处等。

通过这些措施才能把院感的消毒、隔离、防护工作落到位，才能有效的预防院感的发生。