

产妇产后盆底康复护理的研究进展

周桂屹

柳州市柳南区潭西街道社区卫生服务中心 广西柳州 545002

【摘要】分娩是诱发盆底功能障碍性疾病的独立危险因素，其主要是由于胎儿生长发育引起子宫膨胀，导致盆底支持组织薄弱，引起盆腔脏器移位，引起其他盆腔器官功能异常，多表现为盆腔器官脱垂、压力性尿失禁、排便功能异常、性功能障碍等疾病，因此在产后需要展开积极的预防和治疗。产后早期盆底康复护理，可以改善盆底组织功能，预防各种疾病的发生，促使产妇尽早康复。文章主要针对产妇产后盆底康复护理的研究进展展开探讨。

【关键词】产妇；产后康复；盆底康复护理

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2022) 12-163-02

随着我国生育政策的变化，高龄产妇不断增多，导致盆底功能障碍性疾病的发生率逐年升高，尤其是阴道分娩产妇^[1]。因此需要积极开展产后盆底康复护理，加速盆底功能恢复，减少盆底功能障碍性疾病的发生^[2]。但是从实际来看，很多产妇对于盆底康复锻炼的依从性较低，无法有效改善盆底功能^[3]。因此研究如何提高产妇产后盆底康复锻炼的依从性，满足产妇产后康复的护理需求，具有重要的现实意义。

一、妊娠、分娩对产妇盆底功能的影响

妊娠及分娩，尤其是阴道分娩产妇，过度牵拉会导致盆底组织的支持力量减弱，从而诱发盆底功能障碍性疾病^[4]。该病多发生于经产妇，且疾病严重程度与产次呈正相关性，随着产次的增多，盆底组织支持力量不断减弱，从而诱发盆底脏器脱垂、压力性尿失禁、性功能障碍等多种疾病^[5]。盆底功能障碍性疾病的发生，对于产妇的生活质量造成较大的影响，因此需要尽早开展盆底康复护理，改善盆底组织力量，恢复其功能，从而预防各种盆底功能障碍性疾病的发生^[6]。

二、产妇产后盆底康复护理的研究进展

1. 产后盆底康复护理时机研究进展

早期开展盆底康复护理可以获得较好的效果，因此需要及时对产妇进行全面评估，合理指导产妇进行盆底康复锻炼。有学者认为阴道分娩产妇可以在产后第二天开始盆底康复锻炼，而剖宫产产妇则可在产后 1 周开始盆底康复锻炼^[7]。坚持盆底康复锻炼，可有效改善产妇盆底肌力，降低盆底功能障碍性疾病的发生率^[8]。但是从实际来看，由于产妇出院后缺乏持续的护理指导，因此依从性下降，会影响盆底康复锻炼效果^[9]。因此，目前有学者提出可以采取延续性护理指导，从而满足出院产妇对护理的需求。

2. 产后盆底康复护理方法研究进展

盆底康复护理目前采用的方法有很多，包括盆底功能锻炼、生物反馈电刺激治疗、针灸治疗等方法^[10]。盆底功能锻炼主要以 Kegel 运动和阴道负重训练的应用最为广泛，具有操作简单、经济实惠的优势，随时随地即可进行训练，无场地限制，产妇也容易掌握^[11]。生物反馈电刺激治疗是近些年来盆底功能障碍常用的治疗方法，其可以根据盆底肌力强度，评估产妇的盆底功能障碍程度，从而制定个性化的治疗方案^[12]；电刺激可以改善肌肉松弛状态，激发肌肉力量，并循序渐进开展功能锻炼^[13]。生物反馈电刺激治疗可以有效改善盆底组织的关注状况，加速受损组织的修复^[14]。针灸治疗是中医治疗的常用方法，具有疏通经络、调理气血的效果，其中电针治疗在产后康复护理中有着广泛应用，可以改善产妇的盆底功能障碍程度^[15]。总体来说，物理治疗在盆底康复护理中的应用比较广泛，药物治疗虽然有一定的效果，但是会影响产妇的哺乳，且不良反应多，

目前在临床中的应用较少^[16]。在实际开展过程中，发现产妇对于盆底康复护理的依从性，会影响防治效果，因此还需要强化健康教育，提高产妇的重视度，从而积极配合临床护理，提高产妇的自我管理能力。在产后康复中，需要通过多种健康教育方式，让产妇了解早期盆底康复训练的重要性，从而积极开展盆底康复锻炼，有助于改善产妇的临床症状。此外，在护理过程中还需要加强产妇产后指导，让产妇更快适应身份角色的变化，学习母乳喂养、新生儿沐浴、新生儿脐部护理等相关知识，有助于改善产妇的心理状况，促使产妇积极配合临床护理。总体来说，产后盆底康复护理具有重要的现实意义。

三、结束语

妊娠与分娩对于产妇的盆底功能会造成较大的影响，诱发盆底功能障碍性疾病，对于产妇产后康复造成较大的影响。因此需要采取有效的防治措施，改善产妇的盆底组织肌力，降低盆底功能障碍性疾病的发生率，有助于改善产妇的生活质量。

参考文献

- [1] 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.
- [2] PARDO, ELLA, ROTEM, REUT, GLINTER, HANNAH, et al. Recovery from pelvic floor dysfunction symptoms in the postpartum is associated with the duration of the second stage of labor[J]. Archives of gynecology and obstetrics, 2019, 300(1):127-133.
- [3] 支会建, 张玉芬. 妇产康复治疗仪联合盆底训练对初产妇剖宫产术后泌乳、自护能力及生活质量的影响[J]. 新疆医科大学学报, 2019, 42(2):207-210.
- [4] PERDIGAO, JOANA LOPES, LEWEY, JENNIFER, HIRSHBERG, ADI, et al. Furosemide for Accelerated Recovery of Blood Pressure Postpartum in Women with a Hypertensive Disorder of Pregnancy A Randomized Controlled Trial[J]. Hypertension: An Official Journal of the American Heart Association, 2021, 77(5):1517-1524.
- [5] 王青, 夏波, 唐妍妍, 等. 盆底肌康复训练配合护理干预治疗产后盆底肌功能障碍的效果观察[J]. 实用临床医药杂志, 2019, 23(13):120-122.
- [6] SILJA ARUMUGHAM PILLAI, NOREEN ISHRAT, MURTADHA AL-KHABORI, et al. Successful Management of Endometriosis, In Vitro Fertilization, Pregnancy, and Postpartum Recovery in a Woman with Glanzmann's Thrombasthenia[J]. Journal of gynecologic surgery, 2019, 35(5):321-323.
- [7] 张紫琪, 廖碧珍, 杨光静, 等. 盆底康复延续性护理模式对初产妇产后性功能的影响[J]. 护理研究, 2018, 32(14):2256-2261.
- [8] ELLA S. PARDO, REUT ROTEM, ZEHAVA YOHAY,

(下转第 165 页)

2 以治疗方向开展的药学监护

2.1 抗凝方向

王乔宇^[14] 研究中自观察组患者入院后开展规范化药学监护,由临床药师提前审核处方,判断患者是否存在禁忌证、重复用药情况,之后对患者开展用药指导、生活习惯指导等,通过定期电话或上门随访及时了解患者抗凝治疗情况,耐心解答患者及其家属疑问,结果显示,观察组患者关于疾病健康知识掌握程度评分显著高于对照组,不良反应发生率显著低于对照组($P<0.05$)。可见从审核处方、健康宣教、出院随访等方面入手开展药学监护取得了成效,但研究中具体实施步骤并不详细,临床疗效指标也较单一。

2.2 止痛方向

韦鑫等^[15] 人研究中由临床药师建立并领导多学科团队对患者疼痛程度进行评估,协同医师共同商讨选择合适的药物与用法用量,每周监测患者阿片类药物使用情况,一旦发现不合理之处,及时向医师反馈;与此同时,向患者发放与疼痛治疗相关的宣传册,每月当面交谈或电话访谈 2 次,指导患者如何预防或应对药物治疗引发的不良反应,结果发现,干预组患者 2 种阿片类合用次数显著少于对照组($P<0.05$),患者疼痛评分、不良反应发生率显著低于对照组,生活质量评分显著高于对照组($P<0.05$)。可见通过增加药师与患者的互动增加了患者对临床药师的信任,有利于治疗工作顺利开展,但在对患者疼痛程度评估时未明确具体使用哪种评估表,可能导致结果偏差。

3 小结

规范化药学监护模式旨在规范临床药师临床工作流程,明确其各个环节的工作内容及工作重点,确保药物治疗工作顺利开展。通过上述研究分析,发现无论是从疾病方向或治疗方向出现,药学监护模式仍存在一定不足之处,大多是针对药物治疗过程中的某个点实施,很少对一个完整的药学监护流程进行报道,虽然也取得了一定效益,但无法对临床药学工作实施标准、统一的规范化管理。对当前药学监护模式存在的问题进行总结:①不同医院对临床药学发展前景重视程度不同,药师队伍综合监护能力也参差不齐,监护工作流程充满随意性;②统一的工作模式逐渐无法满足愈来愈多的医疗需求,而专科特色化的监护模式更加切合实际需要;③当前研究虽可大致罗列出药学监护过程,但欠缺系统化、完整化,指导意义不强。因此,未来临床研究需针对上述问题继续投入大量时间与精力,旨在

建立规范化的药学监护模式,推动临床药学持续性发展。

参考文献

- [1] 瞿慧君,李玲,廖赞,等.运用 PCNE 分类系统对 COPD 和脑卒中患者进行药学监护的前瞻性队列研究[J].中国医院药学杂志,2018,38(21):2276-2280.
- [2] 李晓端.60 例肝功能损害患者应用规范化药学监护管理的效果及用药安全性分析[J].中外医学研究,2022,20(12):160-163.
- [3] 陈溪,刘芳群,贾素洁,等.临床药师参与房颤卒中合并尿路感染患者的药学监护实践与分析[J].中南药学,2018,16(1):121-125.
- [4] 吴观兰.医院药房药品的调剂管理及药学监护研究[J].北方药学,2018,15(2):181-182.
- [5] 李志诚.一例冠状动脉介入术后合并肺栓塞应用抗栓药致消化道出血的药学监护[J].中国药物警戒,2018,15(5):308-311.
- [6] 曹珊珊,苏永立.用药咨询的开展和药学监护对糖尿病患者的临床价值分析[J].临床研究,2020,28(9):108-109.
- [7] 熊晓英,何志芬.药学监护对糖尿病患者治疗依从性及血糖控制的影响研究[J].糖尿病天地,2020,17(12):94.
- [8] 李娟,周佳.狼疮性肾炎伴高血压患儿降压治疗的药学监护[J].医药导报,2021,40(1):127-131.
- [9] 谢龙,谈震,曲国红,等.欧洲药学监护网络基金会分类系统在老年 2 型糖尿病高血压病人药物相关问题中的应用[J].安徽医药,2022,26(5):1052-1057.
- [10] 程春生.药学服务对老年高血压患者用药依从性改善效果观察[J].养生保健指南,2020,11(6):112.
- [11] 倪建锋,刘静,王丹,等.临床药师对脑出血并发肺部感染及颅内感染患者抗感染治疗的药学监护[J].中国医院用药评价与分析,2018,18(2):280-282.
- [12] 沈俊,吴秋惠,张桂凡,等.慢性阻塞性肺疾病患者药学监护的有效性研究[J].中南药学,2019,20(5):785-789.
- [13] 吴汀溪,余俊先,邢云利,等.利用欧洲药学监护网络分类系统对老年慢病患者用药分析[J].医药导报,2020,39(2):168-171.
- [14] 王乔宇,武明芬,柳鑫,等.2021 中国静脉血栓栓塞症防治抗凝药物的选用与药学监护指南[J].中国临床药理学杂志,2021,37(21):2999-3016.
- [15] 韦鑫.临床药师对癌性疼痛规范化诊疗的药学监护作用分析[J].医药界,2020.6(2):58-59.

(上接第 163 页)

et al. 386: Recovery from pelvic floor dysfunction symptoms in the postpartum is correlated with the duration of the second stage of labor[J]. American Journal of Obstetrics and Gynecology,2018,218(1):S237-S238.

[9] 陈晓欢,林润,金调芬,等.规范化盆底康复管理对孕产妇盆底肌力、尿失禁和生活质量的影响[J].护理研究,2019,33(18):3113-3117.

[10] NETA BENSALOM-TIROSH, MIRIAM ERENBERG, Yael BAUMFELD, et al. 971: Diabetes mellitus in pregnancy does not delay postpartum pelvic floor recovery[J]. American Journal of Obstetrics and Gynecology,2018,218(1):S574.

[11] 刘青,程慧,井松梅.生物反馈电刺激联合盆底肌肉康复训练对产后盆底肌肉功能的影响[J].护理研究,2018,32(17):2781-2783.

[12] DAWOUD, SALMA A., SILVERMAN, JOANNA I. M., CHUNG, SOPHIA M. Postpartum Recovery From Meningioma-Related Oculomotor Palsy[J]. Obstetrics and Gynecology: Journal of the American

College of Obstetricians and Gynecologists,2021,137(4):682-686.

[13] 王秋霞.生物反馈电刺激疗法联合阴道哑铃盆底康复训练在产后盆底肌功能康复治疗中的应用效果[J].国际护理学杂志,2019,38(13):1996-1999.

[14] CONTRERAS, CARMEN, RUMALDO, NANCY, LINDEBORG, MICHAEL MASAO, et al. Emotional Experiences of Mothers Living With HIV and the Quest for Emotional Recovery: A Qualitative Study in Lima, Peru[J]. The Journal of the Association of Nurses in AIDS Care: JANAC,2019,30(4):440-450.

[15] 靳宝兰,刘亚玲,张晨凌,等.产后盆底功能障碍康复治疗及护理的效果观察[J].陕西医学杂志,2018,47(4):540-542.

[16] VAN DE WAARSENBURG, M. K., VERBERNE, E. A., VAN DER VAART, C. H., et al. Recovery of puborectalis muscle after vaginal delivery: an ultrasound study[J]. Ultrasound in obstetrics & gynecology: the official journal of the International Society of Ultrasound in Obstetrics and Gynecology,2018,52(3):390-395.