

## 强化护理干预结合盆底康复训练在盆底功能障碍性疾病中的应用

张有花, 刘珍珍

青海省海东市互助土族自治县人民医院 青海海东

**【摘要】目的** 分析研究强化护理干预结合盆底康复训练在盆底功能障碍性疾病中的应用。**方法** 选取 300 例盆底功能障碍性疾病患者纳入本次研究范围, 并随机均分为观察和对照两组。其中, 对照组采用盆底康复训练疗法, 而观察组则采用强化护理干预与盆底康复联合训练的疗法。同时, 对两组的尿失禁以及盆底功能障碍问卷调查表的评分等指标进行对比分析。**结果** 观察组的盆底肌力干预总有效率显著高于对照组, 而尿失禁以及盆底功能障碍评分则均明显低于对照组。**结论** 针对盆底功能障碍性疾病, 通过采用强化护理干预与盆底康复训练的联合疗法, 有效改善了患者的尿失禁以及盆底功能障碍症状, 值得推广应用。

**【关键词】** 盆底功能障碍; 强化护理干预; 盆底康复训练; 联合疗法

**【收稿日期】** 2025 年 1 月 18 日

**【出刊日期】** 2025 年 2 月 24 日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.20250091

### Application of strengthening nursing intervention combined with pelvic floor rehabilitation training in pelvic floor dysfunctional diseases

*Youhua Zhang, Zhenzhen Liu*

*People's Hospital of Huzhu Tu Autonomous County, Haidong City, Qinghai Province, Haidong, Qinghai*

**【Abstract】Objective** To analyze and study the application of enhanced nursing intervention combined with pelvic floor rehabilitation training in pelvic floor functional disorders. **Methods** 300 patients with pelvic floor dysfunction were selected for this study and randomly divided into observation and control groups. Among them, the control group received pelvic floor rehabilitation training therapy, while the observation group received a combination of intensive nursing intervention and pelvic floor rehabilitation training therapy. Meanwhile, a comparative analysis was conducted on indicators such as urinary incontinence and pelvic floor dysfunction questionnaire scores between the two groups. **Results** The total effective rate of pelvic floor muscle strength intervention in the observation group was significantly higher than that in the control group, while urinary incontinence and pelvic floor dysfunction scores were significantly lower than those in the control group. **Conclusion** For pelvic floor dysfunction diseases, the combination therapy of strengthened nursing intervention and pelvic floor rehabilitation training effectively improves patients' urinary incontinence and pelvic floor dysfunction symptoms, and is worthy of promotion and application.

**【Keywords】** Pelvic floor dysfunction; Strengthen nursing interventions; Pelvic floor rehabilitation training; Combination therapy

在妇产科临床治疗中, 盆底功能障碍性疾病是一种常见疾病, 其病因多为患者的盆腔支持结构发生退化, 同时伴有不同程度的损伤, 进而诱发盆底功能发生病变。该病的症状主要表现为, 患者的盆腔内器官产生下垂和膀胱颈下移以及阴道前后壁膨出等<sup>[1-4]</sup>。患者一旦患病后, 严重影响女性的身心健康以及日常生活质量。因此, 如何及时实施有效的针对性治疗和护理干预, 抑制病情发展, 进而促进患者的盆底器官功能损伤的

康复, 提升其生活质量, 对女性的身心健康具有重要的现实意义。对此, 本文作者结合自身多年对盆底功能障碍性疾病的治疗经验, 积极探讨强化护理干预与盆底康复训练联合疗法的路径和方法, 并通过分组对比, 进一步验证了该联合疗法的重要作用, 取得了较好的研究成果, 具体情况如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

本研究经院医学伦理委员会批准后, 选取 2023 年 05 月~2024 年 05 月期间, 入院接受治疗的 300 例盆底功能障碍性疾病患者纳入本次研究范围, 并随机均

分为观察和对照两组, 每组各有 150 例患者。

严格制定了相关的标准要求, 具体分组情况详见表 1。

表 1 分组资料情况表

组别	例数	年龄 (岁)		病程 (年)	
		年龄范围	年龄均值	病程范围	平均病程
观察组	150	22~46	34.23±3.76	1~13	7.32±3.41
对照组	150	22~47	34.51±3.79	1~14	7.60±3.49

注: ( $p>0.05$ ), 分组资料具有可比性。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组 (单一实施盆底康复训练)

#### (1) 针对盆底肌肉进行锻炼

①对患者自行收缩肛门与会阴以及尿道进行科学指导; ②每次收缩后, 保持状态 7s 后再放松; ③反复进行, 每次训练坚持 15min; ④每天 2 次<sup>[5-7]</sup>。

#### (2) 针对盆底进行生物反馈治疗

①选用南京伟思医疗科技股份有限公司生产的生物刺激反馈仪 (产后康复仪), 型号: S4 40, 具体版本有 (升级版) 生物反馈治疗仪型号: E2219HN 和 (普及版) SE2018HR 两种; ②仪器标准符合国家相关规定; ③待患者锻炼盆底肌肉完毕后, 将探头放入患者的阴道中; ④在患者的髂前上棘和下腹部贴上电极片; ⑤每次实施进行生物反馈治疗时间为 30min; ⑥每周 3 次; ⑦整个疗程共需治疗 8~10 次<sup>[8-11]</sup>。

#### (3) 针对患者的阴道, 进行阴道哑铃训练

阴道哑铃也为缩阴球, 也被称作盆底肌肉康复器, 由主体和尾部构成。阴道哑铃利用其重力作用刺激盆底肌自主收缩, 可加强盆底肌收缩力, 提高盆底肌张力, 加速盆底肌和生殖器官的恢复。

①选择最轻的阴道哑铃, 置入患者阴道中; ②结合患者的病情实际, 确定留置时间; ③训练标准为患者咳嗽或运动时, 哑铃不会脱出<sup>[12-14]</sup>。

#### (4) 整个疗程为连续训练 8 周。

### 1.2.2 观察组 (在实施盆底康复训练基础上, 联合强化护理干预)

#### (1) 对患者进行心理干预

①在高度尊重患者隐私权的前提下, 充分理解患者心理状态和负面情绪情况; ②通过与患者进行积极主动的沟通交流, 促使其坦露自己的内心痛苦与负担; ③主动为患者进行解答疑惑, 并针对患者的具体情况, 积极缓解其不良情绪。

#### (2) 对患者进行健康教育

①对疾病的相关知识进行耐心、细致的讲解; ②将该病的治疗方法及预后进行重点讲解; ③特别强调, 患者须遵医嘱坚持进行锻炼和配合临床治疗, 才能达到理想的治疗和康复效果<sup>[13-16]</sup>; ④讲解治疗和训练期间的注意事项, 确保患者能够主动规避危险因素。

#### (3) 对患者进行基础干预

①治疗期间, 嘱其养成定时小便规律; ②对患者进行特别提醒, 在运动或咳嗽前, 须提前收缩盆底的肌肉; ③杜绝性生活; ④禁止剧烈运动, 尽可能避免体力劳动; ⑤及时对患者的病情变化进行评估, 并向其反馈, 以利于提高其配合治疗的依从性。

#### (4) 整个疗程为连续联合训练 8 周。

## 1.3 观察指标

通过分组对比, 观察评估两组患者的尿失禁问卷调查表和盆底功能障碍问卷调查表的评分以及盆底肌力的治疗、康复效果等相关指标的变化情况。

## 1.4 统计学方法

针对本次研究, 所测得的各项数据指标, 全部纳入 SPSS22.0 软件对数据进行统计分析。其中, 计量资料用 ( $\bar{x}\pm s$ ) 来表示, 并采用  $t$  进行检验, 而计数资料则用 [ $n(\%)$ ] 来表示, 并采用  $\chi^2$  进行检验。并以差异  $p<0.05$ , 为有统计学意义。

## 2 结果

2.1 两组患者的盆底肌力干预总有效率比较情况, 具体详见表 2。

2.2 两组患者的 PFDI-20 评分、ICIQ-SF 评分对比情况, 具体详见表 3。

## 3 讨论

据有关医学资料显示, 近年来, 我国女性盆底功能障碍性疾病的发病率, 已呈现出逐年升高的态势, 给全国女性同志的正常生活带来了严重的困扰, 而要改善女性盆底功能障碍的最有效途径, 必须及时进行有效治疗和科学的康复训练。

表2 两组患者盆底肌力干预总有效率比较情况表[n (%) ]

组别	例数	1级	2级	3级	4级	5级	总有效
对照组	150	23 (15.3)	49 (32.7)	39 (26.0)	26 (17.3)	13 (8.7)	78 (52.0)
观察组	150	3 (2.0)	16 (10.7)	59 (39.3)	46 (30.7)	26 (17.3)	131 (87.3)
$\chi^2$ 值	-	-	-	-	-	-	13.143
P 值	-	-	-	-	-	-	0.000

表3 干预前后, 两组的 PFDI-20、ICIQ-SF 评分对比情况表[ ( $\bar{x} \pm s$ ), 分]

组别	例数	ICIQ-SF 评分		PFDI-20 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	150	18.21 $\pm$ 2.76	14.53 $\pm$ 2.45	53.65 $\pm$ 5.44	40.22 $\pm$ 4.35
观察组	150	18.04 $\pm$ 2.71	10.08 $\pm$ 2.11	53.72 $\pm$ 5.45	28.76 $\pm$ 4.02
t 值		0.298	9.334	0.062	13.123
P 值		0.766	0.000	0.951	0.000

但通过临床调查后发现, 目前, 还有很大一部分的女性患者, 对盆底功能障碍性疾病缺乏了解, 重视程度不够。在症状较轻的初期, 因为没有明显的不适, 其日常生活也基本不受影响, 因此未及时就医, 进而导致病情迁延, 错过最佳治疗时机; 而对于病情已经比较严重的患者, 虽已感受到明显的相关临床症状, 但因对疾病知识了解不够, 以及不愿暴露隐私或难以启齿等原因, 不愿主动前往医院就医, 从而导致疾病日趋严重。

综上所述, 针对盆底功能障碍性疾病, 通过采用强化护理干预与盆底康复训练的联合疗法, 可显著提高患者的盆底肌力, 有效改善患者的尿失禁与盆底障碍等症状, 值得临床推广应用。

### 参考文献

- [1] 唐虹, 张瑜, 游丽娇, 王军, 朱春兰. 盆底康复治疗仪结合中医辨证治疗产后盆底功能障碍性疾病的临床研究[J]. 现代生物医学进展, 2020, 20(12): 2346-2350.
- [2] 郭丽芳, 邢忠兴, 吴金梅, 卢娜, 梁文娟. 水中分娩联合盆底康复训练对产后盆底功能障碍性疾病的防治效果[J]. 中国临床研究, 2020, 33(9): 1239-1242.
- [3] 李晓丹, 王建六, 刘媛媛, 冯艺, 杨欣, 梁熠. 加速康复外科在盆底功能障碍性疾病患者围手术期的应用效果[J]. 中华现代护理杂志, 2020, 26(29): 4078-4081.
- [4] 万海霞. 早期盆底康复训练联合心理疏导治疗产后尿潴留的临床应用及对患者临床症状的改善效果观察[J]. 中国妇幼保健, 2020, 35(18): 3344-3346.
- [5] 胡凤英, 周先韦, 盛少琴, 陈学奇, 赵阳春, 金丽华. 陈氏盆乐汤治疗产后盆底功能障碍性疾病对 PFIQ-7、PISQ-31 评分及血清 25-OHD 水平的影响[J]. 中华中医药学刊, 2020, 38(8): 222-224.
- [6] 杨雪晴, 徐璐茜, 祁雪玲, 杨玉娥, 陈莺, 余进进, 王元. 健康行为改变整合理论在早期宫颈癌术后合并盆底功能障碍性疾病患者盆底肌锻炼中的应用研究[J]. 中国实用护理杂志, 2020, 36(34): 2674-2679.
- [7] 郑伟, 李翡. 盆底功能障碍性疾病护理及相关生物力学研究--评《盆底功能障碍性疾病诊治与康复·康复分册》[J]. 世界中医药, 2023, 18(4).
- [8] 彭翠翠, 叶银婷, 曾秋茹, 李书琴. 家庭亲密度和适应性强化干预对产后盆底功能障碍患者自我应对方式的影响分析[J]. 医药高职教育与现代护理, 2021, 4(1): 67-70.
- [9] 李环, 汪楠, 胡艳, 王苏梅, 张巍颖, 裯铃钧, 梁金涛, 毛旭影. 射频治疗女性性功能障碍的临床效果初探[J]. 中国医疗美容, 2021, 11(5): 20-25.
- [10] 周艳娜, 甘桂萍, 张伟华. 电刺激联合生物反馈盆底肌训练治疗产后盆底功能障碍性疾病的临床疗效观察[J]. 中国医师进修杂志, 2020, 43(5): 393-397.
- [11] 唐虹, 张瑜, 游丽娇, 王军, 朱春兰. 盆底康复治疗仪结合中医辨证治疗产后盆底功能障碍性疾病的临床研究[J]. 现代生物医学进展, 2020, 20(12): 2346-2350.
- [12] 钱莹, 马曼, 陈奇刚, 顾力华, 祁应虎, 王龙, 崔婷, 赵亚丽, 李鹏程. 盆底肌功能障碍的康复治疗研究进展[J]. 按摩与康

- 复医学,2020,11(22):48-50.
- [13] 徐明月,苏敏,李春光,祖晓彤,祝宇飞,蔡丝妍,张娟.基于功能性近红外光谱技术观察不同康复治疗方法对产后盆底功能障碍的影响[J].康复学报,2024,34(5):490-499.
- [14] 陈晓敏,于敬会,赵丽,刁发文,阿娜克孜·吾吉,努尔帕夏·塔力普.金匱肾气丸、针刺联合生物反馈电刺激治疗肾气亏虚型盆底功能障碍性疾病的临床效果[J].中国社区医师,2024,40(34):82-84.
- [15] 余怀英,程紫琦,陆雅佩.经腹腔镜子宫/阴道骶骨固定术和改良式全盆底功能重建术治疗中盆腔缺陷为主盆腔脏器脱垂疗效对比观察[J].中国妇幼保健,2024,39(22):4569-4573.
- [16] 杨赛,张丰健,朱瑞芝,彭秀琴,张鹏.基于健康行为改变整合理论的多学科干预对胃肠间质瘤患者服药依从性的影响[J].中国实用护理杂志,2024,40(33):2561-2569.

**版权声明:** ©2025 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。

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



**OPEN ACCESS**