

• 护理研究 •

产褥期产妇盆底肌功能锻炼依从性现状及其相关影响因素分析

陈佳佳, 陈春华

(福建省漳浦县医院, 福建 漳州 363200)

[摘要] 目的 探讨产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性现状及其相关影响因素。方法 选取 2021 年 6 月至 2022 年 8 月该院产褥期孕产妇 124 例, 采用自制盆底肌功能锻炼依从性量表评价其盆底肌功能锻炼依从性, 并分析其相关影响因素。结果 124 例产褥期孕产妇中, 69 例(55.65%)盆底肌功能锻炼依从性较差。不同文化程度、盆底肌功能锻炼认知水平、睡眠质量、心理状态及是否有护理人员专业指导的产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性比较, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。初中及以下文化程度、盆底肌功能锻炼认知水平低、无护理人员专业指导、睡眠质量差、心理状态较差是产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性较差的影响因素($P < 0.05$)。结论 产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性较差, 其受文化程度、盆底肌功能锻炼认知水平、护理人员专业指导、睡眠质量、心理状态因素影响。

[关键词] 产褥期; 盆底肌功能锻炼; 依从性; 影响因素

DOI: 10.3969/j.issn.1009-5519.2024.02.032

文章编号: 1009-5519(2024)02-0329-04

中图法分类号: R473.71

文献标识码: B

孕产妇分娩期间盆底肌结缔组织受损容易造成产后盆底肌肉松弛、盆底肌功能障碍, 从而增加尿失禁、脏器脱垂等风险, 影响孕产妇身心健康及生活质量^[1]。相关研究指出, 产褥期孕产妇早期进行盆底肌功能锻炼, 有利于增强盆底肌功能, 可预防盆底功能障碍性疾病发生^[2]。但部分产褥期孕产妇缺乏对盆底肌功能锻炼的正确认知, 加之受生活环境影响, 无法坚持盆底肌训练, 康复训练依从性不佳, 从而影响锻炼效果^[3]。早期明确影响产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼的相关因素, 有利于临床制定针对性护理方案, 但目前相关研究较少见, 更多因素尚待探讨。本研究探讨了产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性现状及其相关影响因素。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取 2021 年 6 月至 2022 年 8 月本院产褥期孕产妇 124 例。纳入标准: (1) 单胎妊娠; (2) 孕周大于或等于 37 周; (3) 阴道分娩; (4) 年龄 18~40 岁; (5) 产褥期孕产妇与胎儿健康; (6) 具备基础阅读、书写能力; (7) 精神、智力正常。排除标准: (1) 合并先天性心脏病或其他严重躯体疾病; (2) 合并传染性、感染性疾病; (3) 合并精神疾病; (4) 合并免疫、血液等系统疾病; (5) 合并盆底疾病; (6) 交流障碍。本研究经院医学伦理委员会批准, 且孕产妇及家属知情同意。

1.2 方法 (1) 盆底肌功能锻炼依从性: 参照 Morisky 用药依从性问卷^[4], 自制盆底肌功能锻炼依从性量表, 随机抽取 35 例产褥期孕产妇进行信效度检验, 量表内部一致性采用 Cronbach's α 系数检验,

检验可知 Cronbach's α 系数为 0.869; 结构效度采用因子分析, 结构效度 KMO 值为 0.921, 量表具有良好信效度。量表包括“是否掌握盆底肌正确训练动作”“是否根据正确动作训练盆底肌”“是否完成每天训练次数”“是否按时训练”“是否在规定时间内完成训练”“是否完成全部训练内容”“在无人监督下, 是否能完成训练”“训练中遇到问题, 是否能够寻求解决办法, 继续完成训练”8 项, 每项分值 0~8 分, 分值越高表明依从性越好, 其中小于 6 分为依从性较差。(2) 一般资料调查: 制定一般资料调查表, 询问并记录孕产妇年龄、孕前体重指数(BMI)、分娩时 BMI、孕周、文化程度、新生儿体重、居住地、盆底肌功能锻炼认知水平、护理人员专业指导、家属监督等。其中, 盆底肌功能锻炼认知水平采用自制盆底肌功能锻炼认知量表进行评价, 量表 Cronbach's α 系数为 0.874, 重测信度为 0.906。该量表包括盆底肌功能锻炼意义、盆底肌功能锻炼方式等 5 个方面, 共 10 项, 每项 0~30 分, 分值越高表示认知水平越高, 其中小于 18 分为认知水平低, 18~24 分为认知水平中等, >24 分为认知水平高。(3) 睡眠质量: 采用匹兹堡睡眠质量指数^[5]进行评价, 包含睡眠质量、睡眠效率等 7 项, 每项 0~21 分, 分值越高表示睡眠质量越差, 其中大于 7 分为睡眠质量差。(4) 心理状态: 采用焦虑自评量表(SAS)^[6]、抑郁自评量表(SDS)^[6]进行评价, 分值越高表示焦虑、抑郁情绪越严重, 即心理状态越差, 其中 SAS 评分大于或等于 50 分或 SDS 评分大于或等于 53 分为心理状态较差。

1.3 统计学处理 采用 SPSS23.0 软件进行统计学

处理。计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示, 组间比较采用 t 检验; 计数资料以率或百分比表示, 组间比较采用 χ^2 检验; 等级资料比较采用秩和检验。产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性相关影响因素采用 logistics 回归分析; 多分类变量经 Categorical 选项行哑变量转换。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性现状

124 例产褥期孕产妇中, 69 例 (55.65%) 盆底肌功能锻炼依从性较差。

2.2 不同特征产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性比较 不同文化程度、盆底肌功能锻炼认知水平、睡眠质量、心理状态及是否有护理人员专业指导的产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性比较, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 1。

表 1 不同特征产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性比较

项目	盆底肌功能锻炼依从性		$t/\chi^2/Z$	P
	较差 ($n=69$)	良好 ($n=55$)		
年龄 ($\bar{x} \pm s$, 岁)	27.55 ± 2.15	27.67 ± 2.16	0.308	0.759
孕前 BMI ($\bar{x} \pm s$, kg/m ²)	20.13 ± 1.05	20.22 ± 1.04	0.476	0.635
分娩时 BMI ($\bar{x} \pm s$, kg/m ²)	27.54 ± 2.10	27.06 ± 2.14	1.254	0.212
孕周 ($\bar{x} \pm s$, 周)	39.12 ± 0.34	39.07 ± 0.32	0.835	0.405
文化程度 [$n(\%)$]			3.495	<0.001
初中及以下	32(46.38)	11(20.00)		
高中或中专	23(33.33)	19(34.55)		
专科及以上	14(20.29)	25(45.45)		
新生儿体重 [$n(\%)$]			0.023	0.880
<4 000 g	43(62.32)	35(63.64)		
≥4 000 g	26(37.68)	20(36.36)		
居住地 [$n(\%)$]			0.722	0.395
城镇	40(57.97)	36(65.45)		
农村	29(42.03)	19(34.55)		
盆底肌功能锻炼认知水平 [$n(\%)$]			2.929	0.003
低水平	30(43.48)	13(23.64)		
中等水平	24(34.78)	17(30.91)		
高水平	15(21.74)	25(45.45)		
护理人员专业指导 [$n(\%)$]			5.522	0.019
有	28(40.58)	34(61.82)		
无	41(59.42)	21(38.18)		
家属监督 [$n(\%)$]			0.100	0.752
有	27(39.13)	20(36.36)		
无	42(60.87)	35(63.64)		
睡眠质量 [$n(\%)$]			6.423	0.011
良好	32(46.38)	38(69.09)		
差	37(53.62)	17(30.91)		
心理状态 [$n(\%)$]			5.449	0.020
良好	36(52.17)	40(72.73)		
较差	33(47.83)	15(27.27)		

2.3 产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性影响因素分析 以有统计学意义的因素为自变量 (表 2), 产褥

期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性 (1=较差, 0=良好) 为因变量。Logistics 回归分析显示, 初中及以下文化

程度、盆底肌功能锻炼认知水平低、无护理人员专业指导、睡眠质量差、心理状态较差是产褥期孕产妇盆

底肌功能锻炼依从性较差的影响因素($P < 0.05$)。见表 3。

表 2 变量赋值

项目	类型	赋值
文化程度	分类变量	2=高中或中专,1=初中及以下,0=专科及以上
盆底肌功能锻炼认知水平	分类变量	2=中等水平,1=低水平,0=高水平
护理人员专业指导	分类变量	1=无,0=有
睡眠质量	分类变量	1=差,0=良好
心理状态	分类变量	1=较差,0=良好

表 3 产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性影响因素分析

项目	B	SE	Wald	P	OR	95%CI
文化程度						
初中及以下	1.648	0.483	11.622	0.001	5.195	2.015~13.396
高中或中专	0.771	0.456	2.863	0.091	2.162	0.885~5.279
盆底肌功能锻炼认知水平						
低水平	1.347	0.466	8.365	0.004	3.846	1.544~9.582
中等水平	0.856	0.455	3.534	0.060	2.353	0.964~5.742
护理人员专业指导	0.863	0.370	5.433	0.020	2.371	1.147~4.899
睡眠质量	0.950	0.379	6.287	0.012	2.585	1.230~5.429
心理状态	0.894	0.387	5.335	0.021	2.444	1.145~5.219

3 讨 论

盆底肌是承托脏器、协调排便功能的重要组织,孕产妇分娩期间容易造成盆底结缔组织受损,影响盆底肌功能,降低孕产妇生活质量,而产后积极进行盆底肌功能锻炼,可促使盆底功能恢复,预防盆底障碍性疾病的发生^[7]。骆雪梅等^[8]研究发现,产褥期孕产妇受多因素影响,康复锻炼依从性不佳。本研究结果显示,55.65%的孕产妇盆底肌功能锻炼依从性较差,与上述研究结论相近。

本研究结果显示,初中及以下文化程度、盆底肌功能锻炼认知水平低、无护理人员专业指导、睡眠质量差、心理状态较差是产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性较差的影响因素($P < 0.05$)。其原因在于:文化程度高的孕产妇会从多渠道了解促进盆底功能恢复相关知识,明确盆底肌功能锻炼重要性,并制定科学计划,实施训练,而文化程度低的孕产妇缺乏疾病相关认知,可能会认为锻炼无意义,从而影响盆底肌功能锻炼依从性^[9]。盆底肌功能锻炼认知水平低的孕产妇不明确盆底功能障碍的危害,从而可能会影响自身锻炼行为,导致盆底肌功能锻炼依从性较差^[10]。缺乏护理人员专业指导的孕产妇对锻炼相关内容认知不足,加之重视程度不够,从而会影响盆底肌功能锻炼依从性^[11]。睡眠质量较差的孕产妇精神欠佳,容

易产生一定负面情绪,加之身体乏力,从而可能会不愿进行盆底肌功能锻炼,影响锻炼依从性^[12]。首次分娩的孕产妇尚未适应身份转变,加之受夜间哺乳、睡眠不足等影响,容易产生焦虑、抑郁等不良情绪,加重身心负担,从而可能会影响盆底肌功能锻炼依从性^[13-14]。未来可根据孕产妇文化程度进行盆底肌功能锻炼相关知识宣教,告知盆底肌功能障碍的危害,强调遵医嘱锻炼的重要性,并正确指导孕产妇进行相关锻炼,同时嘱家属多关心、鼓励孕产妇,缓解其不良情绪,并嘱孕产妇保持充分休息,从而提高盆底肌功能锻炼依从性。

综上所述,产褥期孕产妇盆底肌功能锻炼依从性较差,其受文化程度、盆底肌功能锻炼认知水平、护理人员专业指导、睡眠质量、心理状态因素影响,可据此制定针对性护理方案,以提高孕产妇盆底肌功能锻炼依从性。

参考文献

- [1] 胡盛君,朱立波,徐陈雪.妊娠晚期盆底肌功能锻炼联合产后神经肌肉电刺激对产妇盆底功能恢复效果[J].中国计划生育学杂志,2022,30(10):2289-2293.
- [2] 朱慧敏,杨罗旗,王淼.产妇盆底功能状况调查及

- 盆底肌锻炼效果分析[J]. 中国妇幼保健, 2022, 37(3):495-498.
- [3] 韩利娟, 李维静. 回馈教学对盆底功能障碍患者盆底肌功能锻炼依从性及健康信念的影响[J]. 国际护理学杂志, 2021, 40(14):2637-2640.
- [4] 杨婷婷, 童叶青, 殷晓旭, 等. Morisky 服药依从性量表, 家庭 APGAR 问卷在结核病患者中的应用评价[J]. 中国社会医学杂志, 2016, 33(6):580-582.
- [5] 路桃影, 李艳, 夏萍, 等. 匹兹堡睡眠质量指数的信度及效度分析[J]. 重庆医学, 2014, 43(3):260-263.
- [6] 段泉泉, 胜利. 焦虑及抑郁自评量表的临床效度[J]. 中国心理卫生杂志, 2012, 26(9):676-679.
- [7] 朱玲, 范伟荣, 苏爱芳. 生物反馈电刺激联合盆底肌锻炼对产妇盆底功能康复的效果评价[J]. 浙江医学, 2020, 42(1):59-61.
- [8] 骆雪梅, 张文香, 郭红玉. 盆底肌功能锻炼依从性影响因素分析及干预措施探讨[J]. 云南医药, 2021, 42(2):202-204.
- [9] 程欢, 谷瑞芮, 吴丽萍. 产后压力性尿失禁妇女盆底肌训练知信行现状及影响因素分析[J]. 中华现代护理杂志, 2021, 27(9):1185-1189.
- [10] 原利敏. 影响盆底肌锻炼行为的相关因素及护理措施[J]. 河南医学研究, 2020, 29(23):4406-4408.
- [11] 卢桂娥. 产褥期妇女坚持盆底肌功能锻炼的影响因素分析及护理对策[J]. 当代护士(下旬刊), 2018, 25(4):72-74.
- [12] 刘庆庆, 胡倩, 周艳梅. 产褥期盆底功能障碍患者盆底肌锻炼依从性影响因素分析及护理干预[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27(5):120-122.
- [13] 任菲菲. 生物反馈电刺激治疗联合心理干预对经阴道分娩产妇产后焦虑抑郁及盆底功能的影响研究[J]. 贵州医药, 2022, 46(2):262-263.
- [14] 童心玲, 祁灵珍, 叶关娣, 等. 老年肝硬化患者服药依从性现状及其与社会支持和心理状况的关系[J]. 中国临床保健杂志, 2022, 25(5):628-632.

(收稿日期:2023-06-16 修回日期:2023-10-21)

(上接第 325 页)

- [40] 李岩, 孙娟, 单秋菊. 健康教育联合心理疏导对冠心病伴焦虑抑郁患者的效果观察[J]. 国际精神病学杂志, 2019, 46(4):734-736.
- [41] 王昀, 王超, 丁婉丽, 等. 双心疾病之冠心病伴焦虑抑郁“瘀热虚滞”病机探析[J]. 北京中医药大学学报, 2022, 45(4):347-352.
- [42] 刘敏, 张凯, 李君, 等. 认知情绪调节策略对冠心病患者心理状态、自我效能及生活质量的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 2021, 29(7):1006-1010.
- [43] 李瑶瑶, 楚英杰, 樊苗苗, 等. 多学科协作模式联合情绪释放疗法对老年冠心病行 PCI 患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(13):5-8.
- [44] 李小芬, 丁玲, 潘光美, 等. King 达标理论下分阶段康复运动对冠心病 PCI 术后 Tei 指数、有氧运动能力的影响[J]. 中国康复医学杂志, 2023, 38(8):1096-1101.
- [45] 张瑶, 郑梅. 基于慢性疾病轨迹模式的护理干预对老年冠心病患者心理、临床症状、自我效能、生活质量的影响[J]. 护理研究, 2019, 33(23):4044-4048.
- [46] 曾丽. 基于慢性疾病轨迹模式的护理干预在心力衰竭患者中的应用价值探讨[J]. 基层医学论坛, 2023, 27(6):21-23.
- [47] 梁晓娜. 慢性疾病轨迹模式护理对老年冠心病症状的影响[J]. 中国城乡企业卫生, 2022, 37(2):177-179.
- [48] 薛淑敏, 王娟, 尹姣, 等. 公众号健康宣教联合认知行为护理干预对冠心病患者健康行为及自我效能的影响[J]. 中国医药导报, 2023, 20(2):177-180.
- [49] 秦玲玲, 游兆媛, 丁舒, 等. 微信平台在冠心病患者延续护理中的应用进展[J]. 中华现代护理杂志, 2019(35):4672-4676.
- [50] 王焕东, 孔深柯, 押燕锋, 等. 多元化健康教育对冠心病患者 PCI 术后自我管理及自我效能的作用[J]. 护理实践与研究, 2022, 19(3):321-325.

(收稿日期:2023-10-18 修回日期:2023-11-20)