مقاله مراکز و مامایی

زایمان و عضلات کف لگن و راهکارهای جهت پیشگیری از بروز اختلال: یک مطالعه مروری

سارا عابدی‌مقدم، مینا ایرونی

1399/05/31 تاریخ پذیرش

چکیده

پیش‌بینی و هدف: اختلال ممندک (PFD) که باعث کاهش کیفیت زندگی می‌شود، یک نگرانی عمده بهداشت برای زنان است. هدف از این مطالعه می‌باشد.

روش بررسی: در این مطالعه موری تقی از مقالاتی شناخته شده در پایگاه‌های اطلاعاتی می‌گویند، از این تا این چاپ، ایران مدرک، پیامد برخی از سایت‌های اینترنتی، اشتراک‌گذاری گروه گیاهی، گروه‌های اجتماعی، اخبار، آینده، اخبار زنان، روزنامه‌ها، مجله‌های زن و گروه‌های اجتماعی استفاده شده است.

یافته‌ها: از جمله مقالاتی که به زبان فارسی و انگلیسی در فصل زمانی 2020 تا 2020 به چاپ رسیده‌اند، 42 مقاله استرخیاب و از جمله مقالات موری، 21 مقاله که به زبان فارسی موری می‌باشند، از این مقالات تشکیل شده است. این مقالات می‌توانند در بروز اختلالات کف لگن نشان داده‌اند اما استفاده از روشهای پیشگیری تا حد بسیار زیادی از بروز این اختلالات جلوگیری کند.

بحث و نتیجه‌گیری

بازار و زایمان از عوامل خطر انجام و پیشگیری اختلالات کف لگن است. زایمان ابزاری و مرحله دو طول کشیده در زایمان از عوامل خطر کلیه محسوب می‌شود. زنانی که برای PFD درمان یافته‌اند، انتهای زندگی راهبردهای پیشگیری اولیه و فعالیت‌های فیزیکی از این مقالات بررسی و نتایج درمانی این مقالات در PFD حضوری به تعداد زیادی در کاهش پیشگیری.

کلیدواژه‌ها: روش زایمان، بی‌اختیاری انتقال، بی‌اختیاری مصرف، پوستاک، اعصاب اگرگن، پیشگیری

مجله پرستاری و مامایی، دوره هجدهم، شماره ششم، پی در پی 131، شهريور 1399، ص 486-495

آدرس مکاتبه: امروز، دانشکده برستاری و مامایی مرکز تحقیقات سلامت باروری، دانشگاه علوم پزشکی جامع شیراز امروز، تلفن: 30-2033435-5043

Email: minairavani2004@yahoo.com

مقدمه

اختلال Mمندک (PFD) که باعث کاهش کیفیت زندگی می‌شود یک نگرانی عمده بهداشت برای زنان است (1). این اختلال که باعث کاهش حاصله‌ی یکپارچه از زنان باید در هر سنی تهیه می‌کند (2). این اختلالات تقیاً در 34 آمپیکی خیابان دارد که آنها آموزش‌های انتقال اجرایی، در 3 درصد، پوستوی پوستاک 24 درصد و عاداتLINE (3) پس از خشونت زده، می‌شود که به 28+ میلیون آمریکایی که در سال 2012 دچار اختلال PFD

گرایش مامایی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد سمنان، سمنان، ایران

استادیار گروه مامایی دانشکده پرستاری و مامایی، مرکز تحقیقات سلامت باروری دانشگاه علوم پزشکی جامع شیراز امروز، امروز (نپندند، مسول

1 Pelvic Floor Disorder
روش بررسی
در این مطالعه مبود یک تحقیق فیزیولوژیک که در طول دوران بارداری، افزایش وزن ماده و افزایش وزن رحم منجر به افزایش فشار داخل شکمی و کشش بیشتر لیگامانی و عضلات کف لگن است. (9) باعث افزایش ضعف دهانه و ضعف عضلات همراه با افزایش ضعف عضلات پستان و کاهش روند متابولیک و ذرت‌کشی ممکن است باعث افزایش اندازه و جاذبه دهانه شده. این نتیجه باعث حمل وزنی در دوران بارداری باعث می‌شود که روند افزایش وزن در دوران بارداری اتفاق والدین و افراد باردار از میان بردن بی کمک در زمان وارونداری و در تولید جنین شده.
جدول (1): متشکل مطالعاتی که بررسی شیوع و عوامل خطر اختلالات کف گن برداختند

| مطالعه | مراحل | نتایج | هدف | حجم | نویسندگان | سال
|--------|-------|-------|-----|-----|-----------|-----
| 1 | تحقیق | درمان مراجعهای اختلالات کف گن در کودکان | بررسی روت و همکاران | ۱۵۳۰۷ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 2 | ادار | افزایش خطر اختلالات کف گن در کودکان | بررسی ارتباط نویز رازمان و | ۶۳۹ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 3 | شناسایی | افزایش خطر اختلالات کف گن در کودکان | بررسی ارتباط نویز رازمان و | ۱۵۵۸ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 4 | بررسی | اثرات عوامل خطر اختلالات کف گن در | بررسی شیوع و ریسک | ۱۵۹ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 5 | مطالعه | اثرات عوامل خطر اختلالات کف گن در | بررسی شیوع و ریسک | ۳۱۳۶ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 6 | مقاله | استفاده از رازمان و | بررسی شیوع و عوامل خطر | ۵۴۵۷ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 7 | مقاله | استفاده از رازمان و | بررسی شیوع و عوامل خطر | ۱۳۹۹ | روت و همکاران | ۱۳۱۳
| 8 | مقاله | استفاده از رازمان و | بررسی اختلالات کف گن | ۱۳۹۹ | روت و همکاران | ۱۳۱۳

سازمان: پرستاری و مامایی
جدول (۲): مشخصات مطالعاتی که بر اساس عوامل پیشگیری کننده‌ای از اختلالات کف لگد بررسی شد‌ شماره تحقیق حجم نویسنده سال انتشار نامه

<table>
<thead>
<tr>
<th>پژوهشکده</th>
<th>نوع تحقیق</th>
<th>هدف</th>
<th>روش تحقیق</th>
<th>نتایج</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>مرکز پیشگیری و درمان اختلالات</td>
<td>فیزیولوژی</td>
<td>مطالعه</td>
<td>ارزیابی شیوع و پیشگیری</td>
<td>۱۲۷ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>معاونت پزشکی و درمان اختلالات</td>
<td>رویال</td>
<td>نظارت</td>
<td>مراقبت درمانی</td>
<td>۱۰۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>مرکز پیشگیری و درمان اختلالات</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۱۶۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>کتابخانه و خانمهای زن</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۱۵۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>مرکز پیشگیری و درمان اختلالات</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۱۷۵ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>معاونت پزشکی و درمان اختلالات</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۱۹۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>مرکز پیشگیری و درمان اختلالات</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۲۰۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>معاونت پزشکی و درمان اختلالات</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۲۱۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>مرکز پیشگیری و درمان اختلالات</td>
<td>مقایسه</td>
<td>مطالعه</td>
<td>مقایسه ضعف عضلات کف</td>
<td>۲۲۰ نفر</td>
</tr>
<tr>
<td>محله قدیم عضلات</td>
<td>کلمه و ریسک</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
</tr>
<tr>
<td>-----------------</td>
<td>--------------</td>
<td>--------</td>
<td>--------</td>
<td>--------</td>
</tr>
<tr>
<td>محله قدیم عضلات</td>
<td>کلمه و ریسک</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
</tr>
<tr>
<td>محله قدیم عضلات</td>
<td>کلمه و ریسک</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
</tr>
<tr>
<td>محله قدیم عضلات</td>
<td>کلمه و ریسک</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
</tr>
<tr>
<td>محله قدیم عضلات</td>
<td>کلمه و ریسک</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
<td>تعداد</td>
</tr>
</tbody>
</table>

بحث

در این مقاله مترادف تعداد 67 مقاله بررسی شده و نتایج این مطالعات نشان داد که تکیه‌گاه از مشکلات آنتی‌بیوتیک، فیزیولوژیک، زنده‌زایی، سبک زندگی و چالش بارداری و زایمان بی‌کاری نمودن به این نتیجه رسانده. شرایط زندگی و پیش‌بینی در نهایت، زایمان بارداری افراد می‌تواند موجب شود (39). به این ترتیب، با بیشتر رژیم و نوشیدنی، افراد می‌توانند مطرح کنند (39). فاکتورهای بی‌اختیار افراد می‌توانند به طبیعتی از این نشان نمایند. همچنین این ایزودستگان از این ارتقاء بی‌پیوندی که در مورد شرایط زندگی و نوشیدنی در این نتیجه رسانده‌اند. به این ترتیب، با بیشتر رژیم و نوشیدنی، افراد می‌توانند مطرح کنند (39).
زایمان و عملات کف‌پنک و راه‌کارهای جهت پیشگیری از بروز اختلالات پف در بارداری، پرستاری مروزی

References


CHILDBIRTH AND THE PELVIC FLOOR MUSCLES AND STRATEGIES TO PREVENT THE DISORDER: A REVIEW ARTICLE

Sara Abedian¹, Mina Iravani²*

Received: 22 April, 2020; Accepted: 21 August, 2020

Abstract
Background & Aims: Pelvic floor disorder (PFD), which reduces quality of life, is a major health concern for women. The purpose of this review study is to assess the effect of childbirth on the pelvic floor muscles and its prevention strategies.

Materials & Methods: In this narrative review, the articles indexed in the databases of PubMed, ProQuest, Science Direct, Springer, Google Scholar were searched. Keywords including Pelvic floor disorder, Pelvic floor dysfunction, Pelvic floor muscles, urinary & faecal incontinence, Pelvic Organ Prolapse, vaginal birth, Cesarean, and prevention were used.

Results: Among the articles published in Persian and English language between 2000 and 2020, 32 articles were extracted, and among the available articles, 21 articles were reviewed and reported. Finally, the findings of this study showed that several factors are involved in the occurrence of pelvic floor disorders, but the use of prevention methods can help prevent the occurrence of these disorders.

Conclusion: Pregnancy and childbirth are risk factors for the development of PFD. Instrumental delivery and the prolonged two stages of labor are the key risk factors. Women at high risk for PFD should be identified and given prevention strategies. Primary and secondary prevention strategies include Proper spacing between pregnancies through the use of contraceptive methods, proper management of the labor process, and recommending pelvic floor exercises during pregnancy and after childbirth. These measures play an important role in reducing the incidence of PFD associated with vaginal delivery.

Keyword: childbirth, urinary & faecal incontinence, Pelvic Organ Prolapse, prevention

Address: Midwifery and Reproductive Health Department, Reproductive Health Promotion Research Center, Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences, Ahvaz, Iran
Tel: +982333654040
Email: minairavani2004@yahoo.com

¹ Department of Midwifery, Semnan Branch, Islamic Azad University, Semnan, Iran
² Assistant Professor in Midwifery, Midwifery and Reproductive Health Department, Reproductive Health Promotion Research Center, Ahvaz Jundishapur University of Medical Sciences, Ahvaz, Iran (Corresponding author)