

Streszczenie

Tytuł. Wpływ zastosowania przezskórnej stymulacji nerwowo-mięśniowej na poziom bólu pooperacyjnego oraz na wczesne uruchamianie kobiet po cesarskim cięciu

Wstęp i cel pracy. Cesarskie cięcie (CC) jest jedną z najczęściej wykonywanych na świecie procedur chirurgicznych u kobiet. Warunkiem zminimalizowania stresu pooperacyjnego i ryzyka powikłań, poprawy komfortu i samopoczucia położnic, ale także umożliwienia im optymalnej opieki nad noworodkiem, jest efektywne uśmierzanie bólu. W tym zakresie obiecujące wydają się techniki fizjoterapeutyczne, brak jest jednak adekwatnych wytycznych w standardach opieki okołoporodowej w Polsce. W poniższej pracy, oceniano przydatność wybranych metod fizjoterapii położniczej oraz przezskórnej stymulacji nerwowo-mięśniowej (TENS) w łagodzeniu bólu pooperacyjnego oraz skróceniu czasu powrotu perystaltyki jelitowej, a także ich wpływ na poziom komfortu badanych i satysfakcję z opieki poporodowej. Ponadto oceniano związek pomiędzy poziomem bólu i ryzykiem depresji poporodowej (PPD).

Material i metody. W badaniu uczestniczyło 136 pacjentek, w pierwszej dobie po CC. Położnice zakwalifikowano do jednej z 2 grup – TENS i nTENS, w których przeprowadzono instruktaż oraz ćwiczenia z fizjoterapeutą. Dodatkowo w grupie TENS wykonany został 40-minutowy zabieg elektrostymulacji. Grupę kontrolną stanowiły pacjentki pozostające pod opieką położnych, u których nie zastosowano metod fizjoterapii. W każdej z grup kilkakrotnie oceniono ból spoczynkowy i ból podczas pionizacji, z wykorzystaniem 11-stopniowej skali numerycznej (NRS). Sprawdzano również poziom komfortu położnic, satysfakcję z opieki okołoporodowej oraz ryzyko PPD, z użyciem kwestionariusza Edynburskiej Skali Depresji Poporodowej (EPDS).

Wyniki. W grupach TENS i nTENS wykazano istotny spadek poziomu bólu spoczynkowego bezpośrednio po przeprowadzonych interwencjach ($Me=2.00$, w grupie kontrolnej $Me=1.00$, $p=0.00$), a podczas pionizacji najmniejszy wzrost nasilenia bólu zaobserwowano w grupie TENS. U badanych z obu grup objętych postępowaniem fizjoterapeutycznym, wykazano skrócenie czasu powrotu perystaltyki jelitowej w stosunku do grupy kontrolnej. W grupach TENS i nTENS istotnie wyższy niż w grupie kontrolnej był również odsetek pacjentek zadowolonych z opieki (odpowiednio 76.9%, 68% i 32.3%). Poziom bólu dodatnio korelował również z wynikami z kwestionariusza EDPS ($r=0.35$).

Wnioski. Jednorazowy zabieg TENS wpływa na obniżenie bólu podczas zmian pozycji w trakcie pionizacji, a w połączeniu z instruktażem i ćwiczeniami skutkuje utrzymywaniem efektu przeciwbólowego nawet do 24 godzin po CC. Zastosowane metody fizjoterapeutyczne istotnie skracają również czas powrotu perystaltyki jelit i poprawiają poziom komfortu pacjentek. Dzięki skutecznemu łagodzeniu bólu, pozytywnie wpływają na satysfakcję z opieki okołoporodowej, a także obniżają ryzyko PPD.

Słowa kluczowe: cesarskie cięcie, fizjoterapia ginekologiczna, przezskórna stymulacja nerwowo-mięśniowa, ból, depresja poporodowa