بررسی تأثیر تمرینات کگل بر کاهش درد بعد از عمل جراحی همروپیدکومی

میری، کارشناس ارشد پرستاری، عضو هیئت علمی دانشگاه پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی زیر

1- استادیار، جراح، عضو هیئت علمی دانشگاه پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی زیر

2- دانشجوی دکترای پرستاری، دانشگاه تربیت مدرس

تاریخ دریافت: 89/12/16، پذیرش: 89/6/8,

چکیده

مقدمه: همروپیدکومی ابتلا به شایع است که موجب درد می‌شود. همچنین معمولاً تمرین مشکل پس از اجرای تمرینات کگل (Kegel) می‌باشد. این تمرینات به عنوان یک سهکوردی بوده است. تمرینات کگل که به شکل دو گروه ترتیب داده می‌شوند، موجب کاهش درد می‌شود.

روش کار: این مطالعه به روش کارآزمایی بازی بوده است. تمرینات به شکل دو گروه ترتیب داده شده و در دو گروه بوده است. تمرینات به شکل دو گروه به شکل دو گروه بوده است.

نتایج: این مطالعه نشان داد تمرینات در بهبود درد و تمرینات کگل که به شکل دو گروه بوده است.

نتیجه‌گیری: بر اساس بافت‌ها، تمرینات Kegel در درمان تمرینات کگل در کاهش درد و تمرینات کگل در کاهش درد می‌باشد.

نوع نشریه مسئول: پژوهشی، دانشجوی دانشگاه علوم پزشکی اراک

Email: Motevasselian_mo@yahoo.com
لگن به منظور حفظ وضعیت آناتومیکی طبیعی لگن است و از اهداف سودمند آن کاشش در هموپاتی و واریس ناحیه ول و نیز کاشش احساس سانگینی در لگن می‌باشد(۱). در اصل این تمرینات به مقاومت و قدرت ماهیچ‌های پرینه و رکوم کمک کرده و بهره‌وری را تسریع می‌نماید هم‌چنین از تسکیک و بارگذاری سبب هم‌سازی هموپاتی و خونرسانی، تناسب کنال را بهبود می‌بخشد و به دفع راحتی بیمار کمک می‌کند(۱۲). بنابراین فوق پژوهش حاضر با هدف تعیین تأثیر تمرینات بر کاهش درد بعد از عمل جراحی در بیماران تحت هموپاتیکومی انجام شد.

روش کار
این مطالعه تجربی به روش کارآزمایی بیلینی شامل شاهداری اجمالی، مسوولیت سورکی، انجام مراحل است. جامعه مورد پژوهش در این مطالعه، بیماران مرکز جراحی هموپاتیکومی از منطقه ۱ مشهد، که سابقه هموپاتیکومی قبلی نداشته و همراه کاهش درد قلبی وجود داشته و توسط یک نفر از آموزش داده می‌شود. چه جهت نمونه‌گیری کلیه بیماران تا این لابی می‌باشد که مدت یک هفته مشخص بیماری درمان است. از زبان روش‌ها، گزارش و سایر مصوبه است. با توجه به اینکه همچنین از روشهای جالباسی و پریتالی استفاده از (Sitzbath) نشسته‌ای به منظور (Sitzbath) برآورده شده‌اند که با استفاده از یک نفر از آن‌ها که شناخته‌های همچون آرام و دستورالعمل هم‌خوانی دارند و عوارض ناخوانده آن را کاهش و درد را در ریزبا شیب و رضایت آنها را افزایش داد(۱۰). در حقیقت حاضری سوپر و غیر بار آن Sitzbath رد به استفاده از kegel پیزواند. تمرینات kegel در سال ۱۹۴۳ توسط برای بهبود و اصلاح شیلی اتربوی عضلات کف کنگ و پریتالی به صورت یک مسیری تمرینات وروشی ارائه شده که در پژوهش، تقویت و ایجاد تعادل بین عضلات پشتی و شکم و عضلات اندام تحتانی و تیز تقویت عضلات کف

مجله علمی پژوهش دانشگاه علوم پزشکی ارکاس

بررسی تأثیر تمرینات کف بر کاهش درد بعد از عمل...

سال دهم/شماره ۳/پاییز ۱۳۸۶/۱۳۸۶
مورد بررسی قرار گرفتن که از نظر سن در گروه تجربه میانگین 12.0 ± 0.7 روز در گروه کنترل 10/9 ± 0.7 روز بود. از نظر جنس در گروه تجربه اکثریت (53 درصد) زن و در گروه کنترل (32 درصد) مرد بودند. از حداکثر سطح تحصیلات میانگین تجربه اکثریت (60 درصد) دیپلم و 40 درصد ابتدایی و راهنمایی و گروه کنترل 50 درصد ابتدایی و راهنمایی و 50 درصد دیپلم بودند. از نظر شغل در گروه تجربه اکثریت (60 درصد) بیکار و 40 درصد شاغل و در گروه کنترل اکثریت (53/3 درصد) شاغل و 6/7 درصد بیکار بودند. از نظر عمل زندگی در گروه تجربه اکثریت میانگین در 48 ساعت اول 26/5 ± 5/94 و در گروه کنترل 31/3 ± 5/94 بود که اختلاف معناداری بین دو گروه وجود نداشت (p=0/003). میانگین درک بعد از عمل در دو گروه تجربه و کنترل به تفکیک 18/6 و 24 ساعت بعد از عمل در حدود 1 آماده است که نشان می‌دهد که از 6 ماه بعد از عمل در بقیه ساعات، میانگین درک در دو گروه اختلاف معنایی داشته است. میزان مسنک بعد از عمل در گروه تجربه 83/18 ± 14/38 و در گروه کنترل 39/89 ± 39/89 بود که اختلاف معناداری نداشت (p=0/0001). میزان مسنک بعد از عمل در گروه تجربه و کنترل به تفکیک 18/6 و 48 ساعت بعد از عمل در حدود 2 آماده است که نشان می‌دهد که از دو گروه اختلاف معنی‌داری وجود داشته است. از نظر نوع هم‌زمان مسنک بعد از عمل در گروه تجربه و کنترل در 48 ساعت بعد از عمل به ترتیب با p=0/04، p=0/004، p=0/04 اختلاف معنی‌داری داشتند. از لحاظ ارتباط بین انحراف معیار میزان دفعات تمایل به درد از هم‌مرتبه زنده می‌ماند و در ارتباط با تغییرات خلوت

مجری تأیید تمایل کلی بر کاهش درد بعد از عمل...

نتایج

در این کار آزمایی بالینی 60 نفر از بیماران کاندید

همواری کم‌کم در دو گروه (30 تجربه و 30 کنترل)
جدول ۱. میانگین درد بعد از عمل در گروه تجربه و کنترل بر حسب زمان

<table>
<thead>
<tr>
<th>p</th>
<th>انحراف معیار</th>
<th>میانگین درد بعد از عمل</th>
<th>میانگین</th>
<th>گروه تجربه</th>
<th>گروه کنترل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>0/25</td>
<td>2/59</td>
<td>9/13</td>
<td>0/65</td>
<td>9/7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/03</td>
<td>1/34</td>
<td>8/17</td>
<td>1/60</td>
<td>9/33</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/08</td>
<td>1/88</td>
<td>5/90</td>
<td>1/99</td>
<td>7/7</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/02</td>
<td>2/39</td>
<td>3/3</td>
<td>2/97</td>
<td>4/97</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/03</td>
<td>5/82</td>
<td>26/50</td>
<td>5/94</td>
<td>31/26</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

جدول ۲. میانگین مسکن مصرفی بعد از عمل در گروه تجربه و کنترل بر حسب زمان

<table>
<thead>
<tr>
<th>p</th>
<th>انحراف معیار</th>
<th>میانگین مسکن بعد از عمل</th>
<th>میانگین</th>
<th>گروه تجربه</th>
<th>گروه کنترل</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>0/01</td>
<td>4/46</td>
<td>6/80</td>
<td>6/38</td>
<td>15/6</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/01</td>
<td>5/5</td>
<td>8/57</td>
<td>7/99</td>
<td>27/07</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/04</td>
<td>2/15</td>
<td>2/43</td>
<td>5/29</td>
<td>7/73</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/01</td>
<td>1/1</td>
<td>4/34</td>
<td>3/24</td>
<td>3/37</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>0/0001</td>
<td>14/83</td>
<td>18/90</td>
<td>29/89</td>
<td>52/83</td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

بحث

با توجه به یافته‌ها، میانگین درد در گروه تجربه کمتر از گروه کنترل بوده که این نتایج را به اثبات می‌رساند. به طور کلی، میانگین مسکن مصرفی بعد از عمل در گروه تجربه و کنترل نیز متفاوت بوده که این نتایج نیز به اثبات می‌رساند.
پرستی تأثیر عضلات کنگر که کاهش درد بعد از عمل...

درای جراحی کولرکاتال نگرفتاده (14). در پژوهش نیز که
ویلسون در زمینه تأثیر ریلیکسان بر درد بعد از عمل جراحی
کلیسکومی، شکمی و هستر کومی انجام داد، می‌نویسد
درد به معنی عملیات دارای کاهش یافته (15).

به توجه به مقایسه میانگین درد در 24، 48
ساعت بعد از عمل، در 6 ساعت اول تفاوت بین دو گروه
وجود نداشت. است چرا که در این 6 ساعت اوج درد بیمار
بوده و بیمار در حال خروج از بی‌هوشی است و توان انجام
کاهش بی‌آرام و منظم انجام تازه‌ی خود را به
اندازه کافی ندارد، بنابراین تفاوتی مشاهده نشده است. اما به
تدریج که از مدت زمان بعد از عمل گذشت به بیمار می‌تواند
تعداد تعداد را انجام دهد در 18، 48 ساعت بعد از عمل
معنی‌داری در دادن در گروه تجهیز به نسبت به شاهد مشاهده شده
است. و همچنین می‌تواند میانگین در پیمونت به تریب
در گروه تجهیز به کنترل به ترتیب 0/1 ± 1/77 در مقیاس
0/1 ± 0/5، 0/5 ± 0/5، 5/5 ± 0/5، 5/5 ± 0/5 در مقیاس 0/1 ± 1/77
0/5 ± 0/5، 0/5 ± 0/5، 5/5 ± 0/5، 5/5 ± 0/5 در مقیاس 0/1 ± 1/77
0/2 ± 0/2، 0/2 ± 0/2، 0/2 ± 0/2 در مقیاس 0/1 ± 1/77
0/2 ± 0/2، 0/2 ± 0/2، 0/2 ± 0/2 در مقیاس 0/1 ± 1/77
0/2 ± 0/2، 0/2 ± 0/2، 0/2 ± 0/2 در مقیاس 0/1 ± 1/77
در طول دادن در گروه در سه ماهات متفاوت دیده
شد(16). هم‌چنین متوسط‌نامه و فریبا می‌تویند تمایل
در ایزولاتومو پرینه و همچنین در طی 2 ساعت
کاهش یافته و به‌نها تعداد از سه بی‌هوش شدن یک روز از زایمان
کاملاً نشان دهنده بخشی روز از زایمان
در گروه مورد به 31/0 ± 1/77 و گروه شاهد به 31/0 ± 1/77
برقی که هرچند شدت درد دری در گروه به 31/0 ± 1/77 و گروه شاهد به 31/0 ± 1/77
ساعت اول تفاوت معنی‌داری نداشته‌ام اما در ویژه نهایی
اختلاف معنی‌داری دارد یافته شد (17).

نتایج گیری
در کل بر اساس یافته‌های پژوهش مشخص شد
که اتفاقات از ترمینات در محل همواره یکی است
که در کاهش معنی‌داری برقرار کرده و میانگین مسکن مصرفی گروه تجهیز
که از گروه شاهد است اما تعداد ترمینات با درد ارتقاء
نداشت.

تقوییت
بدین وسیله از کلیه مستندی، همکاران و
مدجمیان که درانجام این پژوهش مادرای نیز مصون
تقویت و قدردانی می‌شود.

منابع

سال/شماره/پاییز 1386/3

مجله علمی پژوهش دانشگاه علوم پزشکی اراک


17. متوسلیان م، فرشادی ف. بررسی تأثیر تکنیک آرامش عضلانی بر کاهش درد محرکه ازین به روش آزمایشگاهی. مجله علمی پزوهشی دانشگاه علوم پزشکی اراک 1379.

18. بررسی اثر تحریک الکتریکی اعصاب از طریق بوست برای کاهش درد از بیماران با شرایط دیدمردانه و کاهش درد بعد از اعمال جراحی تحتانی. پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی مشهد، معاونت پژوهشی، طرح پژوهشی، 1379.
The effect of Kegel exercise on pain relief post hemorrhoidetomy

Motevasselian M¹, Shiryazdy SM², Nasiriani Kh³

Abstract

Introduction: Hemorrhoid is a common disorder causing pain and its standard treatment is Hemorrhoidetomy. Also, pain is a common problem after surgery and control of it prevents physiologic and psychiatric complications. Kegel exercise is one of the relaxing and none invasive methods for reduction of pain. In this study the effect of kegel exercise on pain relief post hemorrhoidetomy is investigated.

Materials and Methods: This study is a single blind randomized clinical trial. Samples were patients admitted for hemorrhoidetomy to Shahid Sadooghi hospital of Yazd. They were randomly divided in two experiment and control groups (each group 30 persons). Before operation, Kegel exercise was educated to experiment group and after surgery pain range were recorded. Data was analyzed using descriptive and analytic statistics (T test and Pearson).

Results: Findings showed that the mean score of post surgery pain in the first 48 hours after operation in experimental group was 26.50±5.82 and in control group 31.26±5.94, that have meaningful difference (P=0.003). Regarding the amount of analgesics, the mean use of analgesics after surgery, in experimental group was 18.9±14.83 and in control group 52.83±29.89 which has meaningful difference (P=0.00001). Type of analgesics in the two groups, 18, 24 and 48 hours after surgery with p=0.04, p=0.04 and p=0.05, had significant difference. There were not any correlation between pain intensity and numbers of Kegel exercise.

Conclusion: Based on results, Kegel exercises decreased post hemorrhoidetomy pain and using analgesic drugs was decreased in experimental group. Preoperative education of this method is useful in pain management postoperatively.

Key words: Kegel exercises, pain, hemorrhoidetomy

¹ - Lecturer, MSc. of nursing, school of nursing and midwifery, Yazd Shahid Sadooghi University of medical sciences.
² - Assistant professor of surgery, school of medicine, Yazd Shahid Sadooghi University of medical sciences.
³ - Student of PhD of nursing, Tarbiat modares University, Tehran.