

چکیده

زمینه و هدف: غریزه جنسی منشا بسیاری از تحولات در زندگی انسان می باشد. دیسپارونی نوعی درد در ناحیه تناسلی است که قبل، بعد یا در طول مقاربت ایجاد می شود و از عوامل مهم اختلال عملکرد جنسی می باشد. لذا هدف این مطالعه بررسی تاثیر درمان های فیزیکی کف لگن بر عملکرد جنسی و قدرت و تحمل عضلات کف لگن (به عنوان درمان غیر تهاجمی) در زنان مبتلا به آمیزش دردناک می باشد.

مواد و روش کار: در این مطالعه کارآزمایی بالینی، ۳۲ زن ۲۰-۵۰ ساله و فعال از نظر جنسی با شکایت دیسپارونی قبل از شروع مداخله، از نظر سلامت ژنیتال و قدرت و تحمل عضلات کف لگن معاینه شدند و پس از اطمینان از سلامت روانی، به مدت ۱۰ جلسه در طی ۳ ماه تحت درمان های توانبخشی کف لگن قرار گرفتند. بعد از ارزیابی و تعیین محل و موقعیت نقاط ماشه ای فعال، تکنیک های آزاد سازی میوفاسیال برای بیماران انجام گرفت و تمرینات پیش رونده عضلات کف لگن بر اساس قدرت اولیه بیمار تجویز گردید. در نهایت بیماران از نظر تغییر شدت دیسپارونی و وضعیت عملکرد جنسی (با پرسشنامه Female Sexual Function Index)، بهبودی علائم، قدرت و تحمل عضلات کف لگن در دو مرحله قبل (اولین جلسه فیزیوتراپی) و بعد از مداخله (۳ ماه بعد) مورد ارزیابی قرار گرفت.

نتایج: در ۳۲ بیمار باقیمانده مبتلا به دیس پارونیا با میانگین سنی $38 \pm 1,24$ سال، نمره شاخص میل جنسی (Desire) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $0/95$ واحد افزایش

داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص برانگیختگی (Arousal) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $1/01$ واحد افزایش داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص رطوبت مهبل (Lubrication) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $0/67$ واحد افزایش داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص اوج لذت جنسی (Orgasm) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $0/71$ واحد افزایش داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص رضایتمندی (Satisfaction) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $1/03$ واحد افزایش داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص درد بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $1/05$ واحد افزایش داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص قدرت عضلات کف لگن (Strength) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $2/44$ واحد افزایش داشت ($P < 0,0001$). نمره شاخص تحمل عضلات کف لگن (Endurance) بعد از مداخله نسبت به قبل از مداخله، $7/06$ واحد افزایش داشت که این افزایش با $P < 0,0001$ معنی دار بود.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج به دست آمده، درمان های فیزیکی کف لگن تأثیر معنی داری بر عملکرد جنسی و قدرت و تحمل عضلات کف لگن در زنان مبتلا به آمیزش دردناک داشتند. به طوری که شدت دیسپارونی، قدرت عضلات کف لگن و تحمل عضلات کف لگن بعد از مداخله فیزیوتراپی بهبودی واضحی از نظر بالینی داشت.

کلمات کلیدی: آمیزش دردناک، عملکرد جنسی، درمان فیزیکی کف لگن، قدرت عضلات

کف لگن، تحمل عضلات کف لگن