

Ingrid, et al, 2018 Abstract

Effekt av PFM-sammentrekning på hvilende muskelaktivitet

Formål

Hensikten med studien var å undersøke om forsøk på maksimal frivillig sammentrekning av bekkenbunnsmusklene (PFM) kan redusere vaginal hviletrykk (VRP) og overflate-elektromyografi (sEMG) aktivitet hos kvinner med og uten provosert vestibulodyni (PVD).

Resultater

Det var ingen signifikante forskjeller mellom gruppene i bakgrunnsvariabler. PFM-sammentrekning førte til en statistisk signifikant reduksjon i VRP både i PVD-gruppen og i kontrollgruppen. Surface EMG-aktivitet ble signifikant redusert kun i PVD-gruppen.

Kvinner med PVD hadde signifikant lavere vaginal hviletrykk og sEMG-aktivitet etter tre maksimale sammentrekninger (MVC) av PFM. Resultatene antyder at forsøk på frivillige maksimale sammentrekninger kan undersøkes som en metode for å redusere PFM-hypertonisitet.

Deltakere og forskere

Forskningen inkluderte en blindet sammenligningsstudie som inkluderte 35 kvinner med og 35 kvinner uten PVD. Gjennomsnittsalderen for deltakerne var 24,3 år.

Forskerne var Ingrid Næss, MSc, Universitetet i Oslo, Institutt for Helse og Samfunn, Norge og Kari Bø, professor, PhD, Norges Idrettshøgskole, Avdeling for Idrettsmedisin, Oslo, Norge/Akershus Universitetssykehus.

Metoder

VRP og PFM-styrke ble målt med en høy presisjons trykksensor koblet til en vaginal ballong. Bekkenbunnsmuskelaktiviteten ble målt før og etter tre MVC med overflate EMG ved bruk av en NeuroTrac ETS-enhet (Verity Medical). Paired sample T-test ble brukt for å analysere forskjeller innen gruppene, og Independent sample T-test ble brukt for å analysere forskjeller mellom gruppene.

Det fullstendige sammendraget kan finnes på

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29532122/#:~>

[=Discussion%3A%20Young%2C%20nulliparous%20women%20with,maximum%20contractions%20of%20the%20PFM](#)