

**Tosun, Özge Çeliker, et al, 2003 Özeti**

## **PFMT Ve Kas Yorgunluğu İdrar Kaçırmada**

**Amaç** Araştırmacılar, çok bileşenli yoğun pelvik taban kas eğitimi (MCI-PFMT) protokolünün kadınlarda kas yorgunluğunu ve semptomları azaltıp azaltmadığını araştırdı.

**Sonuçlar** Tedavi sonrası değerlendirmede, semptomlar her iki grupta da azalmıştı, ancak MCI-PFMT grubunda anlamlı bir azalma gözlemlendi. Bununla birlikte, MCI-PFMT protokolü pelvik taban ve abdominal kas yorgunluğuna yol açabilir, ancak idrar kaçırma semptomlarını azaltmada etkili olabilir.

Araştırmacılar, MCI-PFMT protokolünün daha az yorgunluğa neden olduğunu ve nöroplastisiteyi artırdığını belirtti. Perineal yorgunluk, kadınlarda stresle ilişkili idrar kaçırmanın patofizyolojisinde rol oynayabilir.

**Katılımcılar ve Klinikçiler** Randomize kontrollü çalışmaya 49 karmaşık idrar kaçırma sorunu yaşayan kadın hasta dahil edilmiştir.

Araştırmacılar Özge Çeliker Tosun, Dokuz Eylül Üniversitesi Fiziksel Tedavi ve Rehabilitasyon Fakültesi, İzmir, Türkiye; İrem Keser, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü; Sefa Kurt ve Onur Yavuz, Dokuz Eylül Üniversitesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı; Gökhan Tosun, Tepecik Eğitim ve Araştırma Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Anabilim Dalı, İzmir; ve Damla Korkmaz Dayıcan, Biruni Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, İstanbul, Türkiye.

**Yöntemler** Nörofizyolojik temelli bir rehabilitasyon modeli olarak MCI-PFMT protokolü geliştirilmiştir. Katılımcılar MCI-PFMT grubu ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılmıştır. MCI-PFMT grubu denetim altında yoğun pelvik taban kas eğitimi yaparken, kontrol grubu mesane eğitimi ve standart pelvik taban kas eğitimi almıştır. Her iki eğitim oturumu bir hafta boyunca beş gün boyunca yapılmıştır.

Katılımcıların semptomları anketler, mesane günlüğü ve ped testleri ile değerlendirilmiştir. Pelvik taban ve abdominal kasların elektromiyografik aktivitesini değerlendirmek için yüzeysel elektromiyografi (EMG) cihazı, NeuroTrac MyoPlus 4 Pro (Verity Medical), ultrasonografi kullanılmış ve PERFECT ölçeği pelvik taban ve abdominal kas fonksiyonlarını değerlendirmek için kullanılmıştır.

Bu özet şu adreste bulunabilir: <https://doi.org/10.1007/s00192-023-05499-0>.