

## 痛经摘要 jcm-13-06262

### 经皮胫神经刺激 (TTNS) 治疗女性痛经

目标 原发性痛经 (PD) 是女性慢性盆腔疼痛的主要原因之一。本研究旨在评估经皮胫神经刺激 (TTNS) 的有效性, 与痛经女性对照组相比, 在短期、中期和长期内, 改善参与者的生活质量、睡眠和整体健康认知。

结果 在为期 12 周的干预后, 与对照组相比, 实验组的身体和心理健康方面均观察到统计学上显著的改善, 并且这种改善在干预后六个月仍持续存在。研究得出结论, TTNS 似乎是一种安全有效的策略, 可以提高 **PD** 女性的生活质量的整体健康, 并可能减少对药物治疗或更具侵入性方法的依赖。

参与者和研究人员 在最初随机分配的 61 名参与者中(实验组 31 人, 对照组 30 人), 有 55 人完成了研究并被纳入最终分析。

研究人员是: Marta Correyero-León, 西班牙巴利亚多利德大学护理系; Javier Calvo-Rodrigo, 西班牙马德里戈麦斯乌拉中央国防医院; Jorge Juan Alvarado-Omenat, 西班牙萨拉曼卡 FisiSport Salamanca; Rocío Llamas-Ramos, 萨拉曼卡大学护理与物理治疗系; 以及 Inés Llamas-Ramos, 萨拉曼卡生物医学研究所和萨拉曼卡大学医院。

方法 进行了一项单盲、对照临床试验, 参与者被随机分配到实验组(接受 TTNS)或对照组(接受假 TTNS)。两组均使用 **NeuroTrac PelviTone (Verity Medical)** 电刺激设备进行 12 次每周 30 分钟的疗程。在三个时间点评估了与生活质量、睡眠不足和整体改善相关的结果: 短期(治疗后)、中期(一到三个月)和长期(六个月)。

完整的摘要可在 <https://www.mdpi.com/2077-0383/13/20/6262> 查阅。