

Sammendrag Dysmenoré jcm-13-06262

TTNS-behandling for kvinner med dysmenoré

Målsetning Primær dysmenoré (PD) er en hovedårsak til kroniske bekken smerter hos kvinner. Studien vurderte **effektiviteten av transkutan tibialnervestimulering (TTNS)** for å forbedre livskvaliteten, søvnen og den generelle helseoppfatningen til deltakerne sammenlignet med en kontrollgruppe av kvinner med dysmenoré over korttids-, mellomtids- og langtidsperioder.

Resultater En **statistisk signifikant forbedring** ble observert i den eksperimentelle gruppen i både fysiske og mentale helsekomponenter etter 12 ukers intervensjon, sammenlignet med kontrollgruppen, og den vedvarte seks måneder etter intervensjonen. Studien konkluderte med at TTNS ser ut til å være en trygg og effektiv strategi for å **forbedre livskvaliteten og den generelle helsen** hos kvinner med PD, og potensielt redusere avhengigheten av farmakologiske behandlinger eller mer invasive metoder.

Deltakere og Forskere Av de 61 deltakerne som opprinnelig ble randomisert (31 i eksperimentgruppen og 30 i kontrollgruppen), fullførte 55 studien og ble inkludert i den endelige analysen.

Forskerne var: Marta Correyero-León, Institutt for sykepleie, Universitetet i Valladolid, Valladolid, Spania; Javier Calvo-Rodrigo, Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla, Madrid, Spania; Jorge Juan Alvarado-Omenat, FisioSport Salamanca, Salamanca, Spania; Rocío Llamas-Ramos, Institutt for sykepleie og fysioterapi, Universitetet i Salamanca; og Inés Llamas-Ramos, Biomedisinsk forskningsinstitutt i Salamanca og Universitetssykehuset i Salamanca.

Metoder Det ble gjennomført en enkeltblindet, kontrollert klinisk studie, der deltakerne tilfeldig ble tildelt en eksperimentgruppe (som fikk TTNS) eller en kontrollgruppe (som fikk sham TTNS). Begge gruppene gjennomgikk 12 ukentlige 30-minutters økter ved bruk av elektroapparatet **NeuroTrac PelviTone (Verity Medical)**. Resultater knyttet til livskvalitet, søvnmangel og generell forbedring ble evaluert på tre tidspunkter: **kort sikt** (etter behandling), **middels sikt** (en til tre måneder) og **lang sikt** (seks måneder).

Hele sammendraget kan finnes på

<https://www.mdpi.com/2077-0383/13/20/6262>.