

Dismenore Özet jcm-13-06262

Dismenoreli Kadınlar İçin TTNS Tedavisi

Amaç Primer dismenore (PD), kadınlarda kronik pelvik ağrının önde gelen nedenlerinden biridir. Çalışma, **transkutanöz tibial sinir stimülasyonunun (TTNS)**, dismenoreli kadınlardan oluşan bir kontrol grubuyla karşılaştırıldığında, katılımcıların yaşam kalitesini, uykusunu ve genel sağlık algılarını kısa, orta ve uzun vadeli dönemlerde iyileştirmedeki **etkinliğini** değerlendirdi.

Sonuçlar Müdahaleden 12 hafta sonra, hem fiziksel hem de zihinsel sağlık bileşenlerinde deney grubunda kontrol grubuna kıyasla **istatistiksel olarak anlamlı bir iyileşme** gözlemlendi ve bu iyileşme müdahaleden altı ay sonra da devam etti. Çalışma, TTNS'nin PD'li kadınlarda **yaşam kalitesini ve genel sağlığı iyileştirmek** için güvenli ve etkili bir strateji gibi görüldüğü ve potansiyel olarak farmakolojik tedavilere veya daha invaziv yöntemlere olan bağımlılığı azaltabileceği sonucuna vardı.

Katılımcılar ve Araştırmacılar Başlangıçta randomize edilen 61 katılımcıdan (31'i deney grubunda ve 30'u kontrol grubunda), 55'i çalışmayı tamamladı ve nihai analize dahil edildi.

Araştırmacılar şunlardı: Marta Correyero-León, Hemşirelik Bölümü, Valladolid Üniversitesi, Valladolid, İspanya; Javier Calvo-Rodrigo, Hospital Central de la Defensa Gómez Ulla, Madrid, İspanya; Jorge Juan Alvarado-Omenat, FisioSport Salamanca, Salamanca, İspanya; Rocío Llamas-Ramos, Hemşirelik ve Fizyoterapi Bölümü, Salamanca Üniversitesi; ve Inés Llamas-Ramos, Salamanca Biyotıp Araştırma Enstitüsü ve Salamanca Üniversite Hastanesi.

Yöntemler Katılımcıların rastgele bir deney grubuna (TTNS alan) veya bir kontrol grubuna (sahte TTNS alan) atandığı, tek körlü, kontrollü bir klinik çalışma yürütüldü. Her iki grup da **NeuroTrac PelviTone (Verity Medical)** elektro-stimülasyon cihazını kullanarak haftada 12 kez, 30 dakikalık seanslara tabi tutuldu. Yaşam kalitesi, uyku eksikliği ve genel iyileşme ile ilgili sonuçlar üç zaman noktasında değerlendirildi: **kısa vadeli** (tedavi sonrası), **orta vadeli** (bir ila üç ay) ve **uzun vadeli** (altı ay).

Özetin tamamı <https://www.mdpi.com/2077-0383/13/20/6262> adresinde bulunabilir.