

Zusammenfassung der Studie Villani et al. (2024) "Antenatal Perineal Training for Injuries Prevention: Follow Up after Puerperium"

Villani, Federico, Cristian Furau, Barbara Mazzucato, Antonella Cavalieri, Oana Cristina Todut, Victoria Ciobanu, Giuseppe Dodi, and Ion Petre. 2024. "Antenatal Perineal Training for Injuries Prevention: Follow Up after Puerperium" *Medicina* 60, no. 8: 1264.
<https://doi.org/10.3390/medicina60081264>

Die Studie bietet eine umfassende Analyse der Wirksamkeit vorgeburtlicher Dammtrainingsmethoden, insbesondere Ballondehnung (EPI-NO) und Dammmassage, zur Verringerung von Dammverletzungen und damit zusammenhängenden postpartalen Komplikationen bei Frauen in der Schwangerschaft. Die Studie umfasste 150 Teilnehmer, die in drei Gruppen eingeteilt wurden: eine Gruppe mit Ballondehnung (BSG), eine Gruppe mit Dammmassage (PMG) und eine Kontrollgruppe (CG), die keine Dammvorbereitung durchführte.

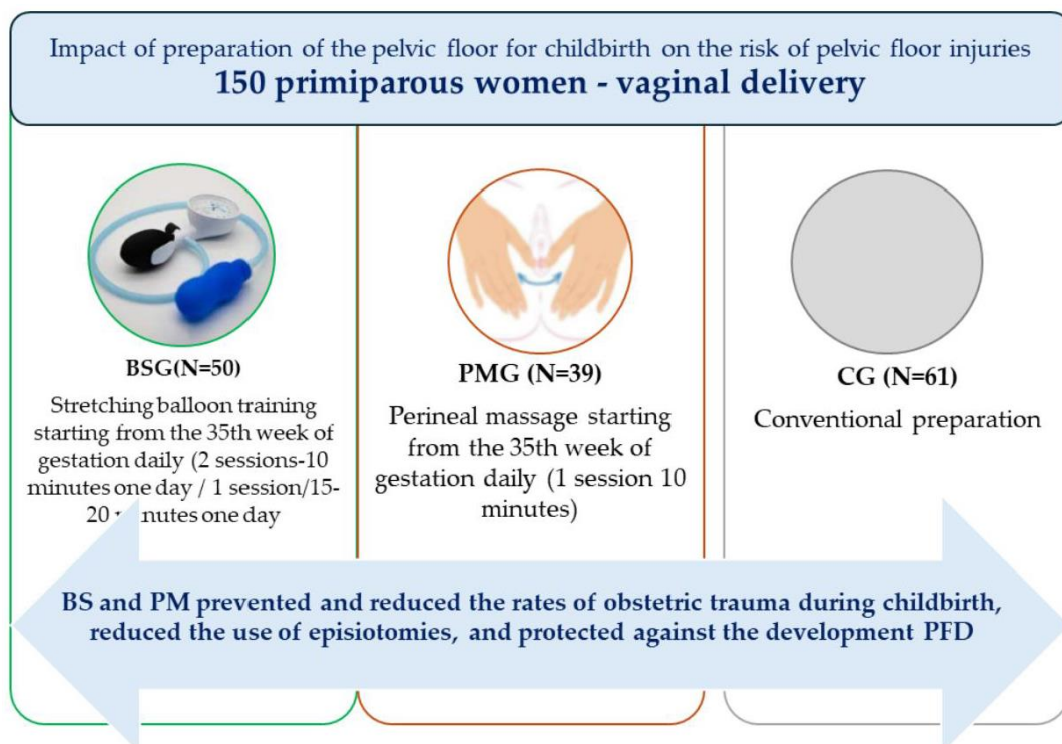


Abb. 1: Graphical Abstract (© Medicina 2024, 60(8), 1264; <https://doi.org/10.3390/medicina60081264>; lizenziert durch Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>))

Hauptergebnisse

1. Verringerung der Dammverletzungen:

Die Studie ergab eine signifikante Verringerung der Dammverletzungen und der Notwendigkeit einer Episiotomie in der BSG und PMG im Vergleich zur CG. Die BSG

Autor der Zusammenfassung: Dr. Bernhard von Zech-Kleber

TECSANA GmbH, Rathochstr. 97, 81247 München, www.epino.de, info@tecsana.de, 14.8.2024

wies die niedrigste Rate an Dammverletzungen auf: nur 27,5 % der Frauen erlitten Verletzungen, verglichen mit 48,7 % bei der PMG und 68,3 % bei der CG.

2. Verkürzung der Austreibungsphase:

Die Austreibungsphase war bei der BSG und PMG im Vergleich zur CG deutlich kürzer. In der BSG dauerte die Austreibungsphase durchschnittlich 1,01 h, in der PMG 1,36 h und in der CG 1,99 h. Dies deutet darauf hin, dass das Dammtraining den Verlauf der Austreibungsphase erleichtert.

3. Vorbeugung postpartaler Funktionsstörungen:

Die BSG wies die geringste Inzidenz von Harninkontinenz und Dyspareunie innerhalb von sechs Monaten nach der Geburt auf, verglichen mit höheren Raten in der PMG und CG. In der BSG lag die Inzidenz von Harninkontinenz bei 23,5 %, in der PMG bei 43,6 % und in der CG bei 55 %. Die Inzidenz bei Dyspareunie lag in der BSG bei 11,8 %, in der PMG bei 35,9 % und in der CG bei 61,7 %. Dies deutet darauf hin, dass das vorgeburtliche Training mit EPI-NO besonders wirksam ist, um langfristige Beckenbodenstörungen zu verhindern.

Vorteile des vorgeburtlichen Dammtrainings:

1. Geringeres geburtshilfliches Trauma

Durch vorgeburtliches Dammtraining wird das Risiko von Dammverletzungen deutlich gesenkt, so dass weniger chirurgische Eingriffe wie Dammschnitte erforderlich sind.

2. Bessere postpartale Erholung:

Bei Frauen, die an diesen Trainingsmethoden teilgenommen haben, traten weniger Komplikationen im Zusammenhang mit Beckenbodendysfunktionen wie z. B. Inkontinenz und Schmerzen beim Geschlechtsverkehr auf.

3. Verkürzung der Austreibungsphase

Die Studie zeigte, dass das vorgeburtliche Dammtraining die Austreibungsphase verkürzen kann und möglicherweise eine reibungslosere und weniger traumatische Geburt ermöglicht.

Fazit

Vorgeburtliches Dammtraining, insbesondere die Verwendung von EPI-NO zur Steigerung der Elastizität des Dammgewebes, ist äußerst wirksam bei der Verringerung des Dammtraumas während der Geburt und bei der Vorbeugung der damit verbundenen postpartalen Morbiditäten. Diese Methoden sollten als praktikable Optionen in der Schwangerenvorsorge in Betracht gezogen werden, um das Geburtsergebnis und die langfristige Gesundheit des Beckenbodens zu verbessern.