

عنوان مقاله:

اثر بخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) بر افزایش تاب آوری و کاهش سردرد در بیماران مبتلا به میگرن

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 63، شماره 3 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

نازیلا اسمعیلی - دانشجوی دکترای روانشناسی سلامت، گروه روانشناسی، واحد بین المللی خرمشهر - خلیج فارس، دانشگاه آزاد اسلامی، خرمشهر، ایران.

پرویز عسکری - گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

ناصر سراج خرمی - استادیار گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

سعید بختیارپور - استادیار گروه روان شناسی، واحد اهواز، دانشگاه آزاد اسلامی، اهواز، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثر بخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی (MBCT) بر افزایش تاب آوری و کاهش سردرد در بیماران مبتلا به میگرن انجام شد. روش کار: پژوهش حاضر از نوع نیمه تجربی با طرح پیش آزمون - پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری پژوهش حاضر شامل کلیه بیماران مبتلا به میگرن مراجعه کننده به بیمارستان شهید دکتر لواسانی شهر تهران در پاییز ۱۳۹۷ بود که از بین بیماران آنها ۳۵ نفر به روش نمونه گیری هدفمند انتخاب شدند و به صورت کاملاً تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل گمارده شدند. در هر دو گروه، تاب آوری و سردرد بیماران از طریق پرسشنامه تاب آوری کانر و دیویدسون و پرسشنامه سردرد میگرن اهواز مورد ارزیابی قرار گرفتند، گروه نخست، در ۸ جلسه شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی دریافت کردند؛ اما گروه دوم مداخله ای نداشتند. سپس مجدداً در پس آزمون تاب آوری و سردرد هر دو گروه مورد ارزیابی قرار گرفت. داده ها با استفاده از تحلیل کواریانس چند متغییره تجزیه و تحلیل شدند. نتایج: نتایج نشان داد که شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر تاب آوری و سردرد بیماران اثر بخش بود ($P < 0/05$) نتیجه گیری: با توجه به اثر بخشی درمان استفاده از انواع درمانهای روان شناختی از جمله MBCT به عنوان مکمل درمان های پزشکی برای مبتلایان به میگرن توصیه می گردد.

کلمات کلیدی:

شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی، تاب آوری، سردرد، میگرن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1128645>

