

عنوان مقاله:

راهکارهای غیردارویی کاهش اضطراب در دانشجویان پرستاری

محل انتشار:

فصلنامه طب پیشگیری، دوره 5، شماره 2 (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

ساناز بستانی - دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، شیراز، ایران.

فاطمه عشقی - کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

هدف: دانشجویان پرستاری متحمل فشارهای اضافی می شوند. این فشارها تأثیراتی منفی بر سلامت روان دانشجویان می گذارد. این مطالعه با هدف ارائه یک مرور کلی از پژوهش‌های انجام شده در زمینه راهکارهای غیر دارویی کاهش اضطراب در دانشجویان پرستاری صورت گرفته است. منابع داده‌ها: در این مطالعه منابع اطلاعاتی مختلفی را از قبیل: ISI، Medline (Pubmed)، Scopus، John Wiley، Scimedirect، Index Medicus و ovid بین سالهای 1938 تا 2016 مورد بررسی قرار داده ایم. نتایج حاصل از این مطالعات با دقت مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. روشهای انتخابی برای مطالعه: در این مطالعات روش-های مختلفی از جمله تکنیک تن آرامی، آموزش قاطعیت و غیره مورد ارزیابی قرار گرفته است. پس از جستجوی الکترونیک تعداد 88 مقاله بازیابی شد که 58 مورد از آنها به دلیل عدم تناسب حذف گردیدند. جستجوهای الکترونیکی با استفاده از واژگان کلیدی "راهکارهای غیر دارویی"، "اضطراب" و "دانشجویان پرستاری" در عناوین و خلاصه مقالات در Mesh صورت پذیرفتند. ترکیب مطالب و نتایج: بررسی نتایج حاکی از تأثیر بسزای روش‌های غیر دارویی به خصوص آرام‌سازی ذهنی، آرام سازی عضلانی، برنامه‌های مدیریت استرس و رایجه درمانی بر کاهش اضطراب دانشجویان پرستاری بود. نتیجه گیری: تنیدگی یک دانشجوی پرستاری بر بازده کل سیستم و کیفیت مراقبت اثر می گذارد بنابراین به مسئولین آموزشی و مربیان توصیه می شود که دانشجویان مضطرب را شناسایی و از روش‌های مناسب در جهت بهبود وضعیت آنان استفاده نمایند. کلید واژه‌ها: اضطراب، دانشجویان پرستاری، سلامت روان

کلمات کلیدی:

Anxiety, Students, Nursing, Mental Health, اضطراب, دانشجویان پرستاری, سلامت روان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1138956>

