

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر ورزش تفریحی بر اضطراب و افسردگی بیماران پمفیگوس ولگاریس (کار آزمایشی بالینی تصادفی در دوره کرونا)

محل انتشار:

نشریه روان پرستاری، دوره 9، شماره 4 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

مریم ممتازبخش - *Department of Sport Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University. Tehran-IRAN*

علی زارعی - *Department of Sport Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University. Tehran-IRAN*

فریده اشرف گنجویی - *Department of Sport Management, Central Tehran Branch, Islamic Azad University. Tehran-IRAN*

مریم دانش پژوه - *Department of dermatology of RAZI Hospital*

یوسف فکور - *consultacy division of dermatology group of RAZI Hospital*

خلاصه مقاله:

مقدمه: پمفیگوس ولگاریس بیماری ریتا ویلپوستی و مخاطی مزمن، آزار دهنده با منشاء خود ایمنی بوده و اثرات روانی ناخوشایندی را بر فرد میگذارد که اضطراب و افسردگی از جمله شایعترین آنهاست. از طرفی فعالیت ورزشی اوقات فراغت بعنوان یک روش بدون عارضه و مفید در درمان اضطراب و افسردگی در تحقیقات مطرح شده است. هدف: در این مطالعه هدف بررسی تاثیر فعالیت ورزشی اوقات فراغت بر افسردگی و اضطراب بیماران پمفیگوس میباشد. روش: ۷۶ بیمار پمفیگوس ولگاریس وارد مطالعه گردیده و بصورت تصادفی به دو گروه مساوی شاهد و مداخله تقسیم شدند. پرسشنامههای اضطراب و افسردگی بیمارستانی HADS به همراه اطلاعات دموگرافیک، طبی و فردی توسط بیماران تکمیل گردید. مداخله تجربی، شامل فعالیت ورزشی اوقات فراغت به صورت پیاده روی در پارک بمدت ۶۰ دقیقه، هر هفته سه جلسه و بصورت یک روز در میان به طول ۸ هفته اجرا شد. یافته ها: فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت باعث کاهش معنیدار اضطراب بیماران گروه مداخله در مقایسه با گروه شاهد پس از ۸ هفته شد ($P=0.004$ ، 4.7 ± 6.92 vs 9.31 ± 4.97) و افسردگی (value=0.03) ولی بر روی سطح افسردگی بین دو گروه تاثیر معنی داری در طی دوره دو ماهه نداشت ($P=0.067$ ، 7.78 ± 4.3 vs 4.6 ± 6.03) و افسردگی گزارش شده است ($P=0.004$ و $P=0.03$) نتیجه گیری: انجام فعالیتهای ورزشی اوقات فراغت مانند ورزش تفریحی پیاده روی میتواند به عنوان یک روش مفید و بدون عارضه برای کاهش اضطراب بیماران پمفیگوس ولگاریس در کنار درمانهای دارویی توصیه شود گرچه ممکن است در طی این دوره دوماهه تاثیری بر میزان افسردگی نداشته باشد.

کلمات کلیدی:

Recreational sport, Leisure time, Pemphigus vulgaris, Anxiety, Depression, Covid19
ورزش تفریحی، اوقات فراغت، پمفیگوس ولگاریس، اضطراب، افسردگی، کرونا

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1356367>



