

عنوان مقاله:

اثربخشی درمان فراشناختی برناگویی هیجانی و کاهش میزان استرس در بیماران مبتلا به میگرن

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 63، شماره 6 (سال: 1399)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

غلامرضا ثناگوی محرر - استادیار، گروه روانشناسی، عضو هیئت علمی دانشکده روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد زاهدان، زاهدان، ایران.

مزگان عرفانی - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد زاهدان، زاهدان، ایران.

اعظم اکبری زاده - دانشجوی دکتری روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد زاهدان، زاهدان، ایران.

خلاصه مقاله:

مقدمه: سردرد به عنوان یکی از رایج ترین شکایات ها در کلینیکهای عصب شناختی است که در اثر کشش، جا به جایی، التهاب، اسپاسم عروق و یا اتساع ساختمانهای حساس به درد، در سر یا گردن ایجاد می شود هدف مطالعه ی حاضر بررسی اثربخشی درمان فراشناختی برناگویی هیجانی و کاهش میزان استرس در بیماران مبتلا به میگرن می باشد. روش کار: روش پژوهش شبه آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه گواه بود. جامعه آماری شامل مبتلایان به سردرد میگرنی مراجعه کننده به کلینیک ها و مطب های تخصصی مغز و اعصاب شهر زاهدان در سال ۹۸ بود که به صورت غیر تصادفی و در دسترس ۳۰ نفر از این بیماران انتخاب شده و در نهایت به صورت تصادفی در دو گروه، درمان فراشناختی ۱۵ نفر، و گروه گواه ۱۵ نفر قرار گرفتند. پرسشنامه ناگویی هیجانی (۱۹۹۶) و مقیاس مقیاس افسردگی، اضطراب و استرس (DASS):فکری (۱۹۹۱) قبل از درمان روی هر ۲ گروه اجرا گردید.. و گروه کنترل هیچ مداخله ای دریافت نکردند ارزیابی پیگیری نیز سه ماه پس از اتمام درمان صورت گرفت. برای تجزیه و تحلیل داده ها از تحلیل واریانس با اندازه گیری مکرر استفاده شد. و از نرم افزار SPSS ۲۲ استفاده شد. یافته ها: تحلیل داده ها نشان داد که در مرحله پس آزمون، میزان استرس افراد گروه آزمایش در مقایسه با گروه کنترل به طور معنی داری کاهش یافت ($p > 0.05$). همچنین یافته نشان می دهد که درمان فراشناختی در کاهش علائم استرس و در نتیجه بهبود سردرد و نیز بازگشت حملها تأثیر زیادی داشت ($P < 0.05$). و نیز میانگین نمرات ناگویی هیجانی در گروه آزمایش پس از انجام مداخله نسبت به گروه کنترل بسیار کاهش یافت. بحث و نتیجه گیری: بر اساس نتایج پژوهش حاضر، آموزش گروهی کاهش استرس مبتنی بر درمان فراشناختی، میتواند در کنترل استرس و اضطراب و کاهش میزان استرس در بیماران مبتلا به میگرن موثر باشد و نیز درمان فراشناختی هم از لحاظ آماری و هم بالینی به طور معنی داری موجب کاهش باورهای فراشناختی مبتلایان به سردرد میگرنی در مرحله پس از درمان و بعد از آن گردید.

کلمات کلیدی:

استرس، درمان فراشناختی، ناگویی هیجانی، میگرن

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1362771>

