

عنوان مقاله:

مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و آموزش تمرینات تنفسی دیافراگمی بر علائم پانیک زنان مبتلا به آسم

محل انتشار:

مجله علمی پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی ایلام، دوره 29، شماره 6 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسندگان:

سیده مدینه قاسم نژاد - Dept of Psychology, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Najafabad, Iran

سید عباس حقایق - Dept of Psychology, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Najafabad, Iran

سعید جهانیان - Depat of Psychology, South Tehran Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran

حسن رضایی جمالویی - Dept of Psychology, Najafabad Branch, Islamic Azad University, Najafabad, Iran

خلاصه مقاله:

مقدمه: آسم یک مشکل عمده بهداشتی در اغلب نقاط دنیا است. این بیماری مزمن تحت تاثیر درمان های روان شناختی همچون درمان شناختی-رفتاری و برخی آموزش ها نظیر تمرینات تنفسی دیافراگمی است. هدف از این مطالعه مقایسه اثربخشی درمان شناختی-رفتاری و آموزش تمرینات تنفسی دیافراگمی بر علائم پانیک زنان مبتلا به آسم در شهر لاهیجان در سال ۱۳۹۹ بود. مواد و روش ها: پژوهش حاضر از نوع نیمه آزمایشی دوگروهی با پیش آزمون و پس آزمون همراه با گروه کنترل است. تعداد ۶۰ نفر از زنانی که به کلینیک یا بیمارستان شهر لاهیجان در سال ۱۳۹۹ مراجعه کرده بودند، از طریق نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند و به صورت تصادفی در سه گروه درمان شناختی-رفتاری، آموزش تمرینات تنفسی دیافراگمی و گروه کنترل قرار گرفتند. پیش از انجام مداخلات، از نمونه ها پیش آزمون گرفته شد. پس از انجام مداخلات، از نمونه ها پس آزمون به عمل آمد و پیگیری یک ماه بعد انجام شد. ابزار استفاده شده پرسش نامه اختلال پانیک آلبانی بود که در سال ۱۹۹۶، بارلو و زینبارگ طراحی کردند. به منظور تجزیه و تحلیل داده ها از نرم افزار SPSS vol. ۲۲ و آمار توصیفی شامل میانگین و واریانس و انحراف استاندارد و آمار استنباطی شامل تحلیل واریانس و بنفرونی استفاده شد. یافته ها: نتایج به دست آمده از پژوهش نشان داد که درمان شناختی-رفتاری در مرحله پس آزمون با میانگین و انحراف معیار $43/62 \pm 96/3$ و آموزش تمرینات تنفسی دیافراگمی در مرحله پیگیری با میانگین و انحراف معیار $64/55 \pm 58/2$ ، بر بهبود علائم پانیک زنان مبتلا به آسم موثرتر بوده اند ($P=0/000$). بحث و نتیجه گیری: استفاده از روش هایی نظیر درمان شناختی-رفتاری و تغییر شیوه زندگی از قبیل گنجاندن فعالیت بدنی منظم در برنامه زندگی بیماران آسمی می تواند نقش کمکی در کنترل علائم پانیک آسم داشته باشد.

کلمات کلیدی:

Asthma, Cognitive behavioral therapy, Diaphragmatic respiratory exercises, Panic symptoms

درمان شناختی-رفتاری، تمرینات تنفسی دیافراگمی، علائم پانیک، آسم

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1393782>

