

عنوان مقاله:

اثر بخشی تمرینات آرامسازی عضلانی مبتنی بر گوشی هوشمند بر فشارخون و تاب آوری در زنان مبتلا به پرفشاری خون در بارداری

محل انتشار:

چهارمین دوره کنفرانس بین المللی مطالعات میان رشته ای علوم بهداشتی، روانشناسی، مدیریت و علوم تربیتی (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 17

نویسندگان:

عزت اله کردمیرزانی کوزاده - دکترای تخصصی روانشناسی، دانشیار گروه روانشناسی عمومی، واحد تهران جنوب، دانشگاه پیام نور، واحد تهران، تهران، ایران.

الناز جلیلی - کارشناسی ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی عمومی، واحد تهران جنوب، دانشگاه پیام نور، واحد تهران، تهران، ایران.

سارا قربان نژاد - کارشناسی ارشد روانشناسی، گروه روانشناسی عمومی، واحد تهران جنوب، دانشگاه پیام نور، واحد تهران، تهران، ایران.

خلاصه مقاله:

هدف: پژوهش حاضر با هدف بررسی تاثیر آرامسازی عضلانی مبتنی بر گوشی هوشمند، بر فشار خون و ابعاد تاب آوری در زنان مبتلا به پرفشاری خون در بارداری انجام شد. روش ها: مطالعه حاضر از نوع نیمه آزمایشی از نوع پیش آزمون-پس آزمون با گروه کنترل بوده که پس از کسب رضایت آگاهانه، نمونه ای شامل ۴۰ زن مبتلا به پرفشاری خون بارداری مراجعه کننده به بیمارستان کمالی استان البرز، بصورت داوطلبانه، انتخاب و بطور تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل گمارده شدند (۲۰ نفر در هر گروه). برای گروه مداخله شش هفته و هفته ای دو جلسه تمرینات آرامسازی انجام شد (۲ جلسه حضوری و ۱۰ جلسه مجازی) و برای گروه کنترل مداخله ای انجام نشد. میزان فشارخون از طریق دستگاه فشارسنج دیجیتالی و ابعاد تاب آوری بوسیله پرسشنامه تاب آوری CD-RISC، پیش و پس از مداخله در هر دو گروه مداخله و کنترل مورد سنجش قرار گرفت. داده های پژوهش با استفاده از نرم افزار SPSS نسخه ۲۳ و به شیوه تحلیل کوواریانس تک متغیره و تحلیل کوواریانس چند متغیره تجزیه و تحلیل شدند. نتایج: یافته ها حاکی از ایجاد تفاوت معنادار بین گروه مداخله و کنترل از نظر میانگین فشار خون سیستولی، فشار خون دیاستولی و ابعاد تاب آوری، پیش و پس از انجام مداخله بودند. نتیجه گیری: آرامسازی عضلانی مبتنی بر گوشی هوشمند در کاهش فشارخون سیستولی، دیاستولی و افزایش ابعاد تاب آوری، در زنان مبتلا به پرفشاری خون در بارداری موثر است.

کلمات کلیدی:

آرامسازی عضلانی، پرفشاری خون در بارداری، تاب آوری

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1433707>

