

عنوان مقاله:

اثربخشی کاهش استرس مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت زندگی و تحمل پریشانی بیماران قلبی

محل انتشار:

مجله دانشکده پزشکی مشهد، دوره 64، شماره 4 (سال: 1400)

تعداد صفحات اصل مقاله: 12

نویسندگان:

الهه حق پرست نصرآبادی - گروه روان شناسی بالینی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد خمینی شهر، اصفهان، ایران

مژگان میرزا - استادیار دانشگاه گنبد کاووس، دانشکده علوم انسانی، گروه روانشناسی، گنبد کاووس.

ماریه حسینی - گروه روانشناسی سلامت، واحد بین المللی کیش، دانشگاه آزاد اسلامی، جزیره کیش، ایران

آذرمیدخت شهاب - گروه روانشناسی سلامت، واحد بین المللی کیش، دانشگاه آزاد اسلامی، جزیره کیش، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه بیماری‌های قلبی عروقی جزو بیماری‌های مزمن است. این نوع بیماری‌ها به خاطر ماهیتی که دارند باعث مسائلی در کیفیت زندگی و پریشانی در بیماران می‌شوند. این پژوهش با هدف تعیین اثربخشی کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی بر کیفیت زندگی و پریشانی بیماران قلبی انجام شد. روش کار روش پژوهش از نوع نیمه‌آزمایشی با طرح پیش‌آزمون-پس‌آزمون با گروه کنترل بود. از جامعه آماری بیماران قلبی مراجعه کننده به بیمارستان قلب شهر تهران به صورت دردسترس ۳۲ نفر انتخاب و به صورت تصادفی در دو گروه آزمایش و کنترل جایگزین شدند. پرسشنامه‌های پژوهش شامل کیفیت زندگی سازمان بهداشت جهانی (۱۹۹۶) و تحمل پریشانی سیمونز و گاهر (۲۰۰۵) بود. کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی به مدت ده جلسه برای گروه آزمایش اعمال شد. نتایج نتایج تحلیل کواریانس نشان داد که نمرات پس‌آزمون کیفیت زندگی و تحمل پریشانی بیماران قلبی در گروه آزمایش به طور معنی‌داری بیشتر از گروه کنترل بود ($P \leq 0.05$). نتیجه‌گیری بر اساس نتایج، کاهش استرس مبتنی بر ذهن‌آگاهی در بهبود کیفیت زندگی و تحمل پریشانی بیماران قلبی موثر بود، لذا می‌توان از آن به عنوان روش درمانی مکمل در کنار روش‌های پزشکی در راستای ارتقای وضعیت روانشناختی (افزایش کیفیت زندگی و تحمل پریشانی) بیماران عروق قلبی استفاده نمود.

کلمات کلیدی:

بیماران قلبی، ذهن آگاهی، کیفیت زندگی، تحمل پریشانی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1461799>

