

عنوان مقاله:

بررسی تاثیر جلسات روانشناسی بر سر دردهای میگرنی، خوشه ای، تنشی

محل انتشار:

هشتمین کنفرانس ملی پژوهش های نوین در تعلیم و تربیت، روانشناسی، فقه و حقوق و علوم اجتماعی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 9

نویسنده:

محمد محمود بیگی - آموزگار ابتدایی، کارشناسی روانشناسی

خلاصه مقاله:

تحقیق حاضر بررسی تاثیر جلسات روانشناسی بر سر دردها (سر درد میگرنی، سردرد خوشه ای، هدف سردرد تنشی) می باشد این تحقیق یک مطالعه از نوع کارآزمایی بالینی بود روش مورد استفاده در این پژوهش آزمایشی با طرح پیش آزمون پس آزمون با گروه کنترل است جامعه آماری کلیه خانم های است که با علائم سر درد به متخصص مغز و اعصاب در شهرستان مهاباد مراجعه نموده اند نمونه آماری ۲۴ نفر زن بوده که ۶ نفر در سه گروه (سر درد میگرنی، سردرد خوشه ای، سردرد تنشی) تقسیم شده با یک چک لیست یک علائم سردرد (شدت، مدت، تعداد) طی یک هفته ثبت نمایند و سپس روش های مدیریت استرس و کنترل هیجانی به آنها آموزش داده شده است و سپس با ثبت چک لیست یک هفته ای (پس آزمون) داده بدست آمده است نتایج آن مشخص نمود. بین پیش آزمون و پس آزمون در آزمودنی های داری سردرد میگرنی و سردرد تنشی رابطه معناداری وجود ارد. ($p \leq 0/05$) آموزش های روانشناسی بر سردردهای میگرنی و سردردهای تنشی هم در مدت زمان احساس درد هم درد شدت احساسا درد و هم تعداد دفعات تکرار حمله بصورت معناداری تاثیر کاهش دهنده دارد. بین پیش آزمون و پس آزمون در آزمودنی های داری سردرد خوشی رابطه معناداری وجود ندارد. ($p \geq 0/05$) سردرد خوشه ای کمتر تحت تاثیر روانشناسی قرار دارد و هم دفعات تکرار و به طبع آن شدت و مدت درد نیز تحت کنترل روانی شخص نیست افرادی که دچار سردرد خوشه ای دارای بالاترین میانگین سنی می باشند. لذا دارو درمانی موثرترین شیوه درمانی و یا محدود کردن سردرد خوشه ای می باشد اما دردهای میگرنی و دردهای تنشی تا حد قابل ملاحظه توسط ملاحظات روانشناسی کنترل هیجان و مدیریت استرس قابل کنترل میباشد.

کلمات کلیدی:

مدیریت استرس، کنترل هیجان سر درد میگرن، سر درد تنشی، سر درد خوشه ای

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1577010>

