

عنوان مقاله:

بررسی اثربخشی تحریک الکتریکی مغز از روی مجسمه با جریان مستقیم در بهبود کیفیت و کمیت خواب در افراد مبتلا به بیخوابی مزمن

محل انتشار:

اولین کنگره ملی مطالعات علوم اعصاب و روان شناسی (سال: 1401)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

شقایق تقی زاده خورشیدی - کارشناسی ارشد توانبخشی شناختی موسسه علوم شناختی

پیمان حسنی ابهریان - استادیار موسسه علوم شناختی

خلاصه مقاله:

شواهد اخیر نشان می دهد که تحریک الکتریکی مغز با جریان مستقیم از روی مجسمه ای می تواند بر کیفیت خواب تاثیر داشته باشد و ممکن است یک ابزار درمانی منتخب برای برخی از اختلالات خواب باشد. با توجه به این موضوع طرح حاضر با استفاده از tDCS، بر طبق پروتکل F³anodal/Fp²catodal وبا ایجاد جریان ۲ میلی آمپر، به مدت ۲۰ دقیقه طی ده جلسه در طی دو هفته متوالی بهبود در اختلال خواب را مورد بررسی قرار داده است. این کار آزمایی بر روی گروهی از افراد مبتلا به اختلال بی خوابی مزمن که برای این اختلال خود مورد، ارزیابی های شناختی توسط نرم افزارهای کامپیوتری و پرسش نامه هایی قبل و بعد از انجام کار آزمایی قرار گرفته بودند انجام شده است جامعه آماری این تحقیق، بزرگسالان در گروه سنی ۲۵ تا ۵۰ سال بودند که دارای مشکلات بی خوابی مزمن بوده اند. تجزیه و تحلیل داده ها، با استفاده از نرم افزار SPSS انجام شده است. پس از انجام مداخله نتایج ارزیابی های صورت گرفته نشان شده است که، کیفیت ذهنی خواب در گروه افراد مورد مداخله افزایش پیدا کرده است و تاخیر در به خواب رفتن نیز کاهش پیدا کرده است. نتایج ارزیابی های صورت گرفته نشان داد، کیفیت ذهنی خواب (p=۰۰۰/۰)، اختلال عملکرد روزانه (p=۰۱۳/۰) و متغیر اختلال خواب (p=۰۰۰/۰) در دو گروه آزمایش و مداخله با یکدیگر تفاوت معناداری داشته اند؛ این به معنای این است که کیفیت ذهنی خواب در افراد مبتلا به اختلال خواب افزایش پیدا کرده، اختلال خواب و افت عملکرد روزانه در این افراد کاهش یافته است

کلمات کلیدی:

اضطراب، بی خوابی، توجه، حافظه کاری، tDCS

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1644915>

