

## عنوان مقاله:

تاثیر کرم لاوندر با یا بدون حمام پا بر استرس، اضطراب و افسردگی زنان پس از زایمان: یک کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل شده

## محل انتشار:

مجله زنان، مامایی و نازایی ایران، دوره 20، شماره 10 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

## نویسندگان:

فاطمه عفتی داریانی - مربی گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی ارومیه، ارومیه، ایران.

سکینه محمدعلیزاده چرندابی - دانشیار گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

سمیه زارعی - کارشناس ارشد مامایی، بیمارستان حضرت زهرا (س)، دانشگاه علوم پزشکی قم، قم، ایران.

اعظم محمدی - مربی گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشکده علوم پزشکی ساوه، ساوه، ایران.

مژگان میرغفوروند - دانشیار گروه مامایی، مرکز تعیین کننده های اجتماعی موثر بر سلامت، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی تبریز، تبریز، ایران.

## خلاصه مقاله:

مقدمه: دوران پس از زایمان، یک دوران آسیب پذیر از نظر مشکلات روانی می باشد. طب گیاهی ممکن است یک مداخله موثر جهت بهبود وضعیت روانی مادران باشد. مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر کرم لاوندر با یا بدون حمام پا بر استرس، افسردگی و اضطراب انجام شد. روش کار: این مطالعه کارآزمایی تصادفی کنترل شده در سال ۱۳۹۲-۹۳ بر روی ۱۴۱ زن ۱۸-۴۰ ساله با بارداری اول تا سوم با سن بارداری ۲۵-۲۸ هفته در تبریز انجام شد. افراد در سه گروه دریافت کننده کرم لاوندر و حمام پا، کرم لاوندر به تنهایی و پلاسبو قرار گرفتند. زنان از بلافاصله پس از زایمان به مدت ۶ هفته، ۵/۱ ساعت قبل از خواب حدوداً ۲ گرم (۲ بند انگشت) از کرم (لاوندر یا پلاسبو) را به طور موضعی به پاها می مالیدند. گروه حمام پا بعد از مصرف کرم پاها را در آب گرم غوطه ور می کردند. اضطراب، افسردگی و استرس قبل از مداخله و ۶ هفته پس از زایمان با استفاده از پرسشنامه افسردگی، اضطراب و استرس (DASS-۲۱) مورد ارزیابی قرار گرفت. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS (نسخه ۱۴) و آزمون های آنالیز واریانس یک طرفه، کروسکال والیس و من ویتنی یو استفاده شد. میزان  $p$  کمتر از ۰/۰۵ معنی دار در نظر گرفته شد. یافته ها: قبل از مداخله بین سه گروه از نظر نمره اضطراب، افسردگی و استرس تفاوت آماری معنی داری وجود نداشت. ۶ هفته پس از زایمان تفاوت آماری معنی داری بین سه گروه از نظر اضطراب ( $p < 0.01$ )، استرس ( $p < 0.01$ ) و افسردگی ( $p < 0.01$ ) وجود داشت که بر اساس آزمون من ویتنی یو، تفاوت دو گروه مداخله با گروه پلاسبو از نظر آماری معنی دار بود ( $p < 0.05$ )، اما بین دو گروه مداخله تفاوت آماری معنی داری وجود نداشت. نتیجه گیری: کرم لاوندر با یا بدون حمام پا می تواند اضطراب، افسردگی و استرس زنان را در دوره پس از زایمان کاهش دهد.

## کلمات کلیدی:

استرس، اضطراب، افسردگی، حمام پا، لاوندر

## لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1727890>



