

عنوان مقاله:

تاثیر تمرین با توپ ویژه در دوره بارداری بر طول فاز فعال مرحله اول زایمان در زنان نخست زا

محل انتشار:

مجله زنان، مامایی و نازایی ایران، دوره 18، شماره 174 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

کبری میرزاخانی - مربی گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران.

زهرا حجازی نیا - دانشجوی کارشناسی ارشد مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

ناهید گلکانی - استادیار گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

معصومه میرتیموری - دانشیار گروه زنان و مامایی، مرکز تحقیقات سلامت زنان، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران.

محمد علی سردار - دانشیار گروه فیزیولوژی ورزشی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران.

محمد تقی شاکری - استاد گروه آمار زیستی، دانشکده بهداشت، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، مشهد، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: طولانی شدن مراحل زایمان مشکلات متعددی برای مادر و نوزاد به وجود می آورد. حرکات ورزشی با توپ زایمان، یکی از روش های کمکی و موثر غیردارویی در زایمان است. با توجه به اینکه مطالعه ای با هدف تاثیر ورزش با توپ زایمان صرفا در بارداری در بانک های اطلاعاتی معتبر یافت نشد، لذا مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر تمرین با توپ ویژه در دوره بارداری بر طول فاز فعال مرحله اول زایمان در زنان نخست زا انجام شد. روش کار: این مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی شده از شهریور تا اسفند ۱۳۹۲ بر روی ۵۰ زن نخست باردار در هفته ۳۴ بارداری مراجعه کننده به درمانگاه مامایی بیمارستان ام البنین (س) مشهد انجام شد. افراد با تخصیص تصادفی در دو گروه ۲۵ نفره مداخله و کنترل قرار گرفتند. در گروه مداخله، مادران ۴-۶ هفته برنامه ورزشی منظم با توپ زایمانی را از هفته ۳۴ بارداری به مدت ۱۶-۲۴ جلسه انجام دادند و در گروه کنترل، مراقبت معمول انجام شد. سپس با شروع زایمان فعال در زایشگاه، طول مرحله اول زایمان در هر دو گروه اندازه گیری شد. ابزار گردآوری داده ها فرم های پرسشنامه، چک لیست ثبت حرکات ورزشی و مشاهده و معاینه مرحله اول زایمان بود. تجزیه و تحلیل داده ها با استفاده از نرم افزار SPSS (نسخه ۱۶) و آزمون های آماری من ویتنی، تی مستقل، تی زوجی و کای اسکور انجام شد. میزان p کمتر از ۰/۰۵ معنی دار در نظر گرفته شد. یافته ها: میانگین طول فاز فعال مرحله اول زایمان در گروه مداخله $۵۲/۴۰۹ \pm ۶/۶$ دقیقه و در گروه کنترل $۲۰/۴۳۰ \pm ۳۷/۰$ دقیقه بود که از نظر طول فاز فعال مرحله اول زایمان دو گروه تفاوت آماری معنی داری داشتند ($p=۰۰۷/۰$). نتیجه گیری: برنامه ورزشی با توپ زایمانی در بارداری می تواند به عنوان یک روش درمانی ایمن و کم هزینه، مددجویان را در جهت کاهش طول فاز فعال زایمان یاری کند و نیز عوارض مربوط به زایمان طولانی در مادر و نوزاد و به دنبال آن زایمان های ایزاری و سزارین را کاهش دهد.

کلمات کلیدی:

بارداری، ورزش، توپ سوئیس، مرحله اول زایمان

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1728180>



