

عنوان مقاله:

اثربخشی آموزش گروهی مصون سازی در برابر استرس بر فشار خون سیستولیک و دیاستولیک و کیفیت زندگی زنان مبتلا به فشار خون بالا

محل انتشار:

فصلنامه روانشناسی سلامت، دوره 1، شماره 1 (سال: 1391)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسندگان:

مرتضی ترخان
مجید صفاری نیا
پروانه خوش سیما

خلاصه مقاله:

چکیده هدف: این مطالعه به منظور بررسی اثربخشی درمان گروهی مصون سازی در مقابل استرس (SIT) بر فشار خون سیستولیک و دیاستولیک و کیفیت زندگی زنان مبتلا به فشار خون بالا انجام شد. روش: نخست ۳۰ نفر از زنانی که کیفیت زندگی پایین و فشار خون سیستولیک بالای ۱۳۰ و دیاستولیک بالای ۹۰ داشتند، به طور تصادفی ساده انتخاب شدند و سپس به طور داوطلبانه در دو گروه آزمایشی و کنترل جایگزین گردیدند (هر گروه ۱۵ نفر). گروه آزمایشی ۱۰ جلسه فنون SIT را آموزش دیدند و گروه کنترل آموزشی دریافت نکردند. پس از آموزش، مجدداً کیفیت زندگی و فشار خون هر دو گروه مورد اندازه گیری قرار گرفت. یافته ها: F به دست آمده در فشار خون سیستولیک (۰۹/۳) و در فشار خون دیاستولیک (۱۷/۳) و t بدست آمده در کیفیت زندگی (۳۰/۳) در سطح $P \geq 0.05$ معنادار می باشد. نتیجه گیری: این مطالعه نشان می دهد که با آموزش SIT می توان موجبات کاهش فشار خون بالا و افزایش کیفیت زندگی افراد مبتلا به فشار خون را فراهم ساخت.

کلمات کلیدی:

کلیدواژه ها: کیفیت زندگی، مصون سازی در مقابل استرس، فشار خون سیستولیک، دیاستولیک

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/1909880>

