

عنوان مقاله:

تعیین اثربخشی آرام سازی به روش مراقبه همراه با ذکر درمانی بر میزان اضطراب زنان نخست زا

محل انتشار:

فصلنامه علمی پژوهشی طب انتظامی، دوره 6، شماره 1 (سال: 1396)

تعداد صفحات اصل مقاله: 14

نویسنده:

حمیدرضا وطن خواه - استادیار، گروه روانشناسی، دانشگاه آزاد اسلامی، واحد تنکابن، تنکابن، ایران

خلاصه مقاله:

مقدمه: پژوهش حاضر با هدف بررسی اثربخشی آرام سازی به روش مراقبه همراه با ذکر بر میزان اضطراب زنان نخست زا انجام شد. مواد و روش ها: مطالعه حاضر از نوع آزمایشی با طرح پیش آزمون- پس آزمون با گروه کنترل بود. جامعه آماری 72 نفر از زنان نخست زا بودند که در سال 1394 برای انجام کنترل دوره بارداری و زایمان به بیمارستان امام علی (ع) آمل مراجعه کردند و به طور تصادفی انتخاب و در دو گروه 15 نفری آزمایش و کنترل قرار گرفتند. آرام سازی به روش مراقبه همراه با ذکر برای گروه آزمایش در هشت جلسه انجام شد و سپس از هر دو گروه پس آزمون تحلیل کوواریانس یک متغیره و آزمون همبستگی اسپیرمن با استفاده از نرم افزار spss نسخه 16 انجام شد. یافته ها: نتایج به دست آمده نشان داد که آرام سازی به روش مراقبه همراه با ذکر بر میزان اضطراب زنان نخست زا موثر بود ($P < 0.01$). کاهش اضطراب در زنان نخست زای گروه آزمایش باعث کاهش انتخاب سزارین به عنوان نوع زایمان شد ($P < 0.01$). نتیجه گیری: با توجه به تاثیر قابل ملاحظه آرام سازی به روش مراقبه همراه با ذکر در زنان نخست زا و پیامد آن افزایش انتخاب زایمان طبیعی از سوی این زنان، استفاده از این روش غیردارویی سودمند و بدون عوارض جانبی، در بخش زنان و زایمان بیمارستان های کشور مفید است.

کلمات کلیدی:

زنان نخست زا، زایمان، زایمان طبیعی، زایمان سزارین، اضطراب

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/720882>

