

عنوان مقاله:

تاثیر تکنیکهای تن آرامی بر میزان حجم ادم لنفاوی، اضطراب و افسردگی در زنان دارای ادم لنفاوی تحت درمان با احتقانزدایی ترکیبی

محل انتشار:

فصلنامه بیماری های پستان، دوره 8، شماره 1 (سال: 1394)

تعداد صفحات اصل مقاله: 10

نویسندگان:

نوید میرزا خانی - دانشکده توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران

بهاره عباسی - دانشکده توانبخشی، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران

شهیر حقیقت - گروه پژوهشی کیفیت زندگی مبتلایان به سرطان، مرکز تحقیقات سرطان پستان، جهاد دانشگاهی، تهران، ایران

لیلا انگوتی - بیمارستان شهدای تجریش، دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، تهران، ایران

خلاصه مقاله:

ادم لنفاوی اندام فوقانی یکی از علل مهم ناراحتی روانی و جسمی در بیماران سرطان پستان محسوب میشود. سطح بالایی از اضطراب و افسردگی در بیماران ادم لنفاوی اتفاق میافتد. این مطالعه با هدف بررسی تاثیر تکنیک های تن آرامی بر میزان حجم ادم لنفاوی، اضطراب و افسردگی در زنان دارای ادم لنفاوی تحت درمان با احتقانزدایی ترکیبی (CDT) بود. روش بررسی: پژوهش حاضر که کار آزمایشی بالینی نیمه تجربی است، 31 زن مبتلا به ادم لنفاوی اختلاف حجم دو اندام بیش از 200 سیسی در دو گروه کنترل 16 نفر و آزمون 15 نفر قرار گرفتند. ابزار جمع آوری داده ها شامل: اندازه گیری حجم ادم لنفاوی از طریق تانک حجم سنج، میزان اضطراب و افسردگی با استفاده از پرسشنامه HADS قبل، پایان فاز اول و 4-6 هفته پس از اتمام فاز اول درمان بود. مداخله در دو فاز انجام شد. فاز اول به مدت 3 هفته 6 روز در هفته که در گروه کنترل CDT و در گروه آزمون قبل از انجام درمان CDT تکنیک های تن آرامی شامل آرامسازی عضلانی پیش رونده توسط محقق در کلینیک انجام شد و فاز دوم به مدت 4-6 هفته در منزل توسط بیمار در هر دو گروه ادامه پیدا کرد. یافته ها: یافته های مطالعه نشان داد که میزان حجم ادم، نمرات اضطراب و افسردگی در گروه آزمون به ترتیب 63/6، 54/1 و 65/5 درصد و در گروه کنترل به ترتیب 60/7، 31/4 و 35/2 درصد کاهش یافتند. اختلاف معنیداری در درصد کاهش نمره افسردگی در طی فاز اول ($p=0.02$)، کل دوره پژوهش ($p=0.004$) و درصد کاهش نمره اضطراب در کل دوره پژوهش ($p=0.005$) بین دو گروه مشاهده شد. نتیجه گیری: انجام تکنیک های تن آرامی موجب کاهش نمره اضطراب و افسردگی و نیز حجم ادم در بیماران دارای ادم لنفاوی میگردد.

کلمات کلیدی:

تکنیک های تن آرامی، ادم لنفاوی، اضطراب، افسردگی، احتقان زدایی ترکیبی

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/833134>

