

عنوان مقاله:

پیش بینی کیفیت خواب بر اساس استرس، افسردگی و اضطراب در زنان باردار با تاکید بر نقش میانجیگری راهبردهای تنظیم شناختی هیجان

محل انتشار:

پنجمین کنگره دانشجویی پژوهشی منطقه جنوب غرب کشور (سال: 1397)

تعداد صفحات اصل مقاله: 2

نویسندگان:

محبوبه حسینی - دانشجوی کارشناسی ارشد مامایی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، اهواز، ایران

امین هنری - کارشناس تغذیه، دانشکده علوم پزشکی شوشتر، شوشتر، ایران

علی حاتمی - دانشجوی کارشناسی پرستاری، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده علوم پزشکی شوشتر، شوشتر، ایران

اکرم همتی پور - کارشناسی ارشد پرستاری، گروه پرستاری، دانشکده علوم پزشکی شوشتر، شوشتر، ایران

خلاصه مقاله:

زمینه و هدف: یکی از مهمترین مشکلات شایع دوران بارداری، کاهش کیفیت خواب است که می تواند زمینه مناسبی را برای بسیاری از اختلالات روانی در این دوران ایجاد نماید. از همین رو، کیفیت خواب نامناسب با عواقب منفی در زمینه سلامت روانی زنان باردار در ارتباط است. هدف از پیش بینی کیفیت خواب بر اساس استرس، افسردگی و اضطراب در زنان باردار با تاکید بر نقش میانجیگری راهبردهای تنظیم شناختی هیجان بود. مواد و روش ها: این مطالعه تحلیلی - مقطعی بر روی 114 زن باردار مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی شهر شوشتر انجام شد که به روش نمونه گیری دو مرحله ای (خوشه ای - دردسترس) انتخاب شدند. جهت جمع آوری داده ها از فرم اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه استاندارد کیفیت خواب پیتزبورگ (PSQI)، مقیاس استاندارد راهبردهای تنظیم شناختی هیجان گرانیسکی و پرسشنامه افسردگی، استرس و اضطراب (DASS-21) استفاده شد. داده ها با استفاده از شاخص های آمار توصیفی (شاخص های مرکزی و پراکندگی) و آزمون های تحلیلی نظیر ضریب همبستگی پیرسون، ضریب رگرسیون در نرم افزار آماری SPSS-22 تجزیه و تحلیل شدند. نتایج: میانگین سنی افراد شرکت کننده در مطالعه $26/27 \pm 6/39$ بود. از بین زنان باردار 63 نفر (55/3 درصد) نخست زار، 62 نفر (54/4 درصد) وضعیت اقتصادی متوسط و 38 نفر (33/3 درصد) از آنان تحصیلات دیپلم داشتند. بین کیفیت خواب و سلامت روان در زنان باردار از نظر راهبردهای تنظیم شناختی هیجان ارتباط معنی داری وجود داشت ($P < 0.05$). مطابق با تحلیل های آماری، زنان بارداری که در سه ماهه سوم قرار داشتند نسبت به زنانی که در سه ماهه اول بودند، از کیفیت خواب پایین تری برخوردار بودند ($P = 0.001$). همچنین ارتباط آماری معنی داری بین سطح تحصیلات با افسردگی ($P = 0.012$) و اضطراب ($P = 0.025$) یافت شد. نتیجه گیری: بهداشت روان نامناسب و استفاده از راهبردهای منفی و غیر انطباقی تنظیم شناختی هیجان می توانند باعث کاهش کیفیت خواب در زنان باردار شوند. لذا پیشنهاد می شود به منظور بهبود کیفیت خواب در زنان باردار کلاس های آموزشی جهت کاهش واکنش های شناختی هیجانی در مراکز بهداشتی و درمانی برگزار گردد.

کلمات کلیدی:

کیفیت خواب، استرس، اضطراب، افسردگی، زنان باردار

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/858393>



