

عنوان مقاله:

بررسی مقایسه ای آرام سازی عضلانی و تجسم هدایت شده برشادمانی و ترس از زایمان در زنان نخست زا مراجعه کننده به مراکز بهداشت درمانی زاهدان در سال 1396

محل انتشار:

همایش کشوری مامایی و سلامت زنان (به مناسبت صد سال مامایی آکادمیک در ایران) (سال: 1398)

تعداد صفحات اصل مقاله: 1

نویسنده:

طاهره بریری - زاهدان، میدان مشاهیر، دانشکده پرستاری و مامایی، گروه مامایی

خلاصه مقاله:

مقدمه: زایمان به عنوان یک تجربه منحصر بفرد نیاز به توانایی زن باردار برای مقابله با دردهای زایمانی دارد. شادمانی می تواند به فرد این توانایی بالقوه را بدهد. تعداد زنانی که به علت ترس از زایمان خواهان سزارین هستند افزایش یافته بنظر می رسد روش های آرام سازی و تجسم هدایت شده روش خوبی برای حذف یا کاهش ترس از زایمان باشد. این تحقیق با هدف مقایسه آرام سازی عضلانی و تجسم هدایت شده آرام سازی عضلانی و تجسم هدایت شده برشادمانی و ترس از زایمان در زنان نخست زا انجام گرفت. روش کار: این مطالعه نیمه تجربی بر روی 180 زن نخست زا مراجعه کننده به مراکز بهداشت درمانی در سال 1396 انجام گرفت. که به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب شدند ترس از زایمان بوسیله پرسشنامه برسلیین و شادمانی توسط پرسشنامه آکسفورد بررسی شد. افراد واجد شرایط از طریق تصادفی ساده در سه گروه آرام سازی و تجسم هدایت شده و کنترل قرار گرفتند. یک برنامه آموزشی به مدت 4 هفته بصورت آموزش انفرادی برای هر یک از آنان انجام شد. و تمرینات توسط سی دی آموزشی در منزل نیز تکرار می شد. گروه کنترل فقط مراقبت های روتین بارداری را دریافت می کردند. نتایج: میانگین نمره ترس از زایمان قبل از مداخله در گروه آرام سازی-تجسم هدایت شده و کنترل به ترتیب $41/56 \pm 9/37$ و $44/00 \pm 9/630$ ، $39/51 \pm 6/91$ و پس از مداخله مداخله $30/45 \pm 6/56$ ، $34/78 \pm 9/36$ و $41/78 \pm 8/69$ بود. آزمون آنالیز واریانس نشان داد که پس از مداخله میانگین نمره ترس از زایمان در سه گروه معنادار بود ($p=0/0001$). همچنین میانگین نمره شادمانی قبل از مداخله در سه گروه آرام سازی تجسم هدایت شده و کنترل به ترتیب $37/50 \pm 15/54$ ، $34/54 \pm 17/72$ و $36/78 \pm 18/97$ و پس از مداخله $54/66 \pm 14$ ، $49/63 \pm 17/05$ و $36/65 \pm 18/28$ بود آزمون آنالیز واریانس نشان داد که پس از مداخله میانگین نمره شادمانی در سه گروه معنادار بود. ($p=0/0001$). نتیجه گیری: نتایج این تحقیق انجام روش های آرام سازی عضلانی و تجسم هدایت شده را در کاهش ترس از زایمان و افزایش شادمانی برای پیشگیری از سزارین های غیر ضروری تایید می نماید.

کلمات کلیدی:

شادمانی-ترس از زایمان-آرام سازی عضلانی -تجسم هدایت شده-نخست زا

لینک ثابت مقاله در پایگاه سیویلیکا:

<https://civilica.com/doc/997944>

