

## تأثیر برنامه‌ی مراقبت از خود بر کاهش شدت عوارض پسوریازیس

مژده منصوری\*، حسن ناوی پور\*\*، دکتر ربابه معماریان\*\*\*

نویسنده‌ی مسئول: تهران، دانشگاه تربیت مدرس، گروه پرستاری navipourh@yahoo.com

دریافت: ۸۴/۹/۳ پذیرش: ۸۴/۱۰/۲۰

### چکیده

**زمینه و هدف:** پسوریازیس یک بیماری پوستی مزمن غیر قابل پیش‌بینی و دارای دوره‌ی عود کنندگی است که عوارض آن باعث بروز ناتوانی و روان پریشی مبتلایان می‌گردد. شواهد حاکی از آن است که علاوه بر روش‌های درمانی، اجرای برنامه‌ی مراقبت از خود می‌تواند به عنوان روشی کم هزینه در کاهش عوارض این بیماری مطرح باشد. از این رو مطالعه‌ی حاضر با هدف تعیین تأثیر به کارگیری برنامه‌ی خود مراقبتی بر کاهش شدت عوارض بیماری پسوریازیس در سال ۱۳۸۲ در تهران انجام گرفت.

**روش بررسی:** این پژوهش نیمه تجربی (قبل و بعد) بر روی ۵۰ بیمار مبتلا انجام شد. برنامه‌ی خود مراقبتی (در حیطه‌های غذا، دارو، استحمام، شستشو، نوع لباس، درجه‌ی حرارت ...) به صورت آموزش چهره به چهره و به صورت عملی اجرا شد. نمونه‌ها در طول سه ماه هر دو هفته یک بار از نظر شدت عوارض (خشکی پوست شامل ترک خوردگی و پوسته ریزی، خارش و وجود پلاک جدید) مورد بررسی قرار گرفتند. جهت جمع‌آوری اطلاعات از پرسش‌نامه، چک لیست خود گزارشی و چک لیست مشاهده‌ای با مقیاس لیکرت با همبستگی ۹۲/۵ درصد استفاده شد که روایی آن از طریق روش اعتبار محتوا تعیین شده بود. اطلاعات با استفاده از آزمون‌های تی زوج و ویلکاسیون مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** یافته‌ها نشان داد که ۶۴ درصد از افراد مورد مطالعه مرد، ۵۴ درصد شاغل، ۷۲ درصد متأهل و ۴۲ درصد با سطح سواد بالاتر از دیپلم بودند. ۳۴ درصد دارای سن ابتدای ۱۱ تا ۲۰ سال با میانگین مدت زمان ابتدای ۱۱/۹ سال بودند. نتایج نشان داد که پس از مداخله میانگین شدت ترک خوردگی از ۲/۳۴ به ۰/۰۴، شدت پوسته‌ریزی از ۴/۴۸ به ۰/۵، شدت خارش از ۲/۵ به ۰/۵۴ و وسعت ضایعات از ۸۱/۷۷ به ۲۷/۳۳ کاهش یافت ( $P=0/001$ ). مقایسه‌ی رفتارهای مراقبت از خود قبل و پس از مداخله نیز نشان داد که میزان تمامی رفتارهای خود مراقبتی افزایش معنی‌داری داشته است ( $P=0/001$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش نشان می‌دهد که اجرای برنامه‌ی خود مراقبتی در کاهش شدت عوارض پوستی موثر است. به کارگیری این روش کم هزینه و قابل دسترس در برنامه‌ی مراقبتی بیماران به منظور کاهش مشکلات جسمی، روحی، خانوادگی و اجتماعی بیماران پیشنهاد می‌گردد.

**واژگان کلیدی:** پسوریازیس، عوارض، مراقبت از خود

### مقدمه

۷ میلیون بیمار مبتلا به پسوریازیس در ایالات متحده گزارش شده (۲) و شیوع بیماری در آسیا و ایران نیز بین ۲/۷ تا ۴/۷ درصد اعلام شده است (۳). این بیماری با کیفیت زندگی

پسوریازیس یک بیماری پوستی مزمن غیر قابل پیش‌بینی و دارای دوره‌ی عود کنندگی است (۱). در سال ۲۰۰۲ میلادی

\* کارشناس ارشد آموزش پرستاری

\*\* کارشناس ارشد آموزشی پرستاری، مربی دانشگاه تربیت مدرس

\*\*\* دکترای پرستاری، استادیار دانشگاه تربیت مدرس