

# بررسی تأثیر فشار روی نقطه ۶ طحالی بر شدت درد قاعدگی دردناک اولیه در

## دانشجویان علوم پزشکی بیرجند طی سال‌های ۸۷-۱۳۸۶

### چکیده

**زمینه و هدف:** دیسمنوره یا قاعدگی دردناک، یکی از شایع‌ترین مشکلات بیماری‌های زنان است. تقریباً ۵۰٪ تمام زنان، قاعدگی دردناک را تجربه می‌کنند و حدود ۱۰٪ زنان در سنین باروری به علت دیسمنوره شدید به مدت ۳-۱ روز از کار باز می‌مانند. دیسمنوره مسئول از دست رفتن ۶۰۰ میلیون ساعت کاری و ۲ بیلیون دلار هزینه در سال می‌باشد. داروهای اغلب تأثیر خوبی در کاهش درد قاعدگی دارند ولی استفاده از آنها با محدودیت و عوارضی همراه است، یکی از روش‌های غیر دارویی کاهش درد قاعدگی، طب فشاری است. هدف از این مطالعه تعیین تأثیر فشار روی نقطه ۶ طحالی (SP6) = سان بین جیائو) بر شدت درد قاعدگی دردناک اولیه در دانشجویان ساکن خوابگاه‌های علوم پزشکی بیرجند می‌باشد.

**روش بررسی:** در این کارآزمایی بالینی دو گروه یک سوکور، ۸۶ دانشجوی مجرد، دارای سیکل‌های قاعدگی منظم و دردناک بر اساس فرم انتخاب واحد پژوهش، به روش مبتنی بر هدف و با استفاده از جدول اعداد تصادفی، به دو گروه آزمایش و کنترل تقسیم شدند. در گروه آزمایش، در ۲۴ ساعت اول خونریزی قاعدگی، فشار دو طرفه شست پژوهشگر روی نقطه ۶ طحالی وارد شد، بدین نحو که ۶ ثانیه فشار داده و ۲ ثانیه رها می‌شد. این تکنیک به مدت ۳۰ دقیقه اجرا می‌شد و میزان فشار با نیروی معادل ۱/۲۱ کیلوگرم در ابتدا شروع می‌شد که بتدریج به ۳/۵۳ کیلوگرم در انتها می‌رسید. در گروه کنترل نیز میزان و نحوه فشار همانند گروه آزمایش بود با این تفاوت که فشار روی نقطه نابجا در امتداد SP6 در قسمت کمپارتمان خلفی پا که روی تاندون آشیل هم نبوده است و طبق منابع معتبر طب سوزنی، درمدار خاصی قرار ندارد. سنجش شدت درد، با استفاده از مقیاس دیداری درد ۱۰ سانتیمتری، قبل، بلافاصله، ۲۰، ۶۰، ۱۲۰ و ۱۸۰ دقیقه بعد از مداخله در دو گروه مورد ارزیابی قرار گرفت. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS و ویرایش ۱۳ و آزمون آماری داده‌های مبتنی بر تکرار، انجام شد.

**یافته‌ها:** نتایج مطالعه نشان داد واحدهای پژوهش در بدو ورود از لحاظ شدت درد در طی دو سیکل قاعدگی، اختلاف آماری معنی‌داری نداشتند. میانگین شدت درد قاعدگی ۳۰، ۶۰، ۱۲۰ و ۱۸۰ دقیقه بعد از مداخله در گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل از نظر آماری معنی‌دار بود ( $p < 0/001$ ).

**نتیجه‌گیری:** نتایج پژوهش نشان داد، فشار روی نقطه ۶ طحالی، شدت درد قاعدگی دردناک اولیه را کاهش می‌دهد و می‌تواند به عنوان یک روش آسان، ارزان و غیرتهاجمی برای کاهش درد قاعدگی مورد استفاده قرار گیرد؛ عارضه جانبی به دنبال استفاده از این روش گزارش نشد.

کلیدواژه‌ها: ۱- درد قاعدگی ۲- روش‌های غیر دارویی کاهش درد ۳- طب فشاری ۴- نقطه ۶ طحالی

\*فرزانه کاشفی I

سمانه زیادلو II

دکتر علیرضا فدایی III

دکتر علیرضا اشرف IV

دکتر پیمان جعفری V

تاریخ دریافت: ۸۷/۳/۲۹، تاریخ پذیرش: ۸۷/۷/۲۲

### مقدمه

دیسمنوره (Dysmenorrhea) یا قاعدگی دردناک، یکی از شایع‌ترین مشکلات در بیماری‌های زنان است. تقریباً ۵۰٪ تمام زنان دیسمنوره را تجربه می‌کنند و حدود ۱۰٪ زنان در سنین باروری به علت دیسمنوره شدید به مدت ۳-۱ روز از کار باز می‌مانند.<sup>(۱،۲)</sup> قدیمی‌ترین نسخه بدست آمده در رابطه با درد قاعدگی مربوط به زمان رومی‌های باستان می‌باشد که درد قاعدگی را به عنوان یک مشکل پزشکی معرفی کرده‌اند.<sup>(۳)</sup>

این مقاله خلاصه‌ای از پایان‌نامه خانم فرزانه کاشفی در مقطع کارشناسی ارشد به راهنمایی خانم سمانه زیادلو و مشاوره آقایان دکتر علیرضا فدایی، علیرضا اشرف و پیمان جعفری است.

(I) مربی و کارشناس ارشد آموزش مامایی، خیابان غفاری، دانشگاه آزاد اسلامی واحد بیرجند، بیرجند، ایران (\* مؤلف مسئول).

(II) مربی و کارشناس ارشد آموزش مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی حضرت فاطمه(س)، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، شیراز، ایران.

(III) استادیار و متخصص بیهوشی، فلوی تسکین درد، دانشگاه آزاد اسلامی واحد مشهد، مشهد، ایران.

(IV) استادیار و متخصص طب فیزیکی و توانبخشی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی شیراز، شیراز، ایران.

(V) استادیار و دکترای آمار حیاتی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی خدمات بهداشتی درمانی شیراز، شیراز، ایران.