

بررسی پارامترهای خواب و عوامل تاثیر گذار بر کیفیت خواب بیماران سرپائی

مراجعه کننده به درمانگاه های منتخب بیمارستان رسول اکرم (ص)

چکیده

زمینه و هدف: تقریباً هر بیماری جسمی که درد یا ناراحتی قابل ملاحظه تولید کند، می تواند بر روی کیفیت خواب تأثیر منفی بگذارد. جراحات و بیماری هایی که سیستم قلبی - عروقی، تنفسی، گوارشی و نورولوژیک را مبتلا می کنند، می توانند کیفیت خواب را مختل کنند. هدف از این مطالعه، بررسی پارامترهای خواب و عوامل مؤثر بر کیفیت خواب بیماران جسمی مختلف است.

روش بررسی: در یک مطالعه توصیفی - مقطعی، ۳۰۰ بیمار سرپایی با شکایات مختلف جسمی که به درمانگاه های داخلی، گوش و حلق و بینی (ENT)، ارتوپدی، اعصاب، نفرولوژی و جراحی مراجعه کرده بودند، شرکت داده شدند. ابزار ارزیابی، شاخص کیفیت خواب پیترزبورگ بود که کیفیت خواب را در ۷ قلمروی اصلی می سنجد و یک نمره > 5 به عنوان اختلال خواب قابل ملاحظه تلقی شده است. برای تحلیل داده ها، از آمار توصیفی و تحلیل پراش یکطرفه استفاده گردید. یافته ها: میانگین نمره پیترزبورگ در تمام درمانگاه ها، بالاتر از نقطه برش ($M=8/02$) یافته شد. تفاوت های معنی داری در پارامترهای مدت خواب، اختلالات خواب و اختلال عملکرد روزانه بین درمانگاه ها بدست آمد و بیماران درمانگاه گوش و حلق و بینی بیشترین مشکلات خواب را داشتند. عوامل درد و نگرانی به عنوان علل اصلی اختلالات خواب، گزارش شده بودند.

نتیجه گیری: براساس یافته های این پژوهش، بسیاری از بیماری های جسمانی می توانند به خودی خود اختلال خواب ایجاد کنند. از آنجایی که، درد و نگرانی بیش از سایر عوامل بر کیفیت خواب تأثیر منفی می گذارند، لازم است در ارزیابی و درمان بیماران جسمی مختلف در نظر گرفته شوند.

کلیدواژه ها: ۱- پارامترهای خواب ۲- کیفیت خواب ۳- شاخص خواب پیترزبورگ ۴- بیماران جسمی

*عزیزه افخم ابراهیمی I

دکتر میرفرهاد قلعه بندی II

دکتر منصور صالحی II

دکتر علیرضا کافیان تفتی III

یعقوب وکیلی IV

الهه اخلاقی فارسی V

تاریخ دریافت: ۸۶/۲/۲۹، تاریخ پذیرش: ۸۶/۹/۲۸

مقدمه

بسیاری از بیماری های جسمی، خواب را آشفته و هوشیاری را مختل می کنند. به علاوه، ممکن است خواب با بیماری های جسمی همبودی داشته باشد.^(۱) تقریباً هر بیماری جسمی که درد یا ناراحتی قابل ملاحظه تولید کند یا ناشی از اختلالات متابولیک باشد، می تواند هر دو کیفیت و کمیت خواب را به طور منفی تحت تأثیر قرار بدهد.

خواب، یک فرآیند زیستی پویا و بسیار سازمان یافته است که بخش مهمی از زندگی محسوب می شود و کمیت خواب با کیفیت تعامل اجتماعی مرتبط شناخته شده است.^(۱) اهمیت خواب در سلامتی و بیماری از زمان بقراط مورد توجه بوده است و خواب آشفته، یک علت مهم رنج و مریض احوالی انسان در هر سنی تلقی می شود.^(۲)

- (I) مربی و عضو هیئت علمی و کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، انستیتو روانپزشکی تهران، مرکز تحقیقات بهداشت روان، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی ایران، ستارخان، خیابان نیایش، جنب کوچه شهید منصوری، تهران، ایران (*مؤلف مسئول).
- (II) استادیار و متخصص روانپزشکی، انستیتو روانپزشکی تهران، مرکز تحقیقات بهداشت روان، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی ایران، تهران، ایران.
- (III) استادیار و متخصص روانپزشکی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی زاهدان، زاهدان، ایران.
- (IV) کارشناس ارشد روانشناسی بالینی، انستیتو روانپزشکی تهران، تهران، ایران.
- (V) کارشناس روانشناسی، مرکز روانپزشکی ایران، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی ایران، تهران، ایران.