

تأثیر تکنیک آرامسازی پیشرونده عضلانی بر فعالیتهای روزمره زندگی در بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس

سمیه غفاری^۱، *دکتر فضل ا... احمدی^۲، دکتر سید مسعود نبوی^۳، دکتر ربابه معماریان^۴، دکتر انوشیروان کاظم نژاد^۵

چکیده

هدف: بیماری مولتیپل اسکلروزیس یکی از شایعترین بیماریهای سیستم عصبی مرکزی با ماهیت مزمن و غیر قابل پیش بینی و روندی روبه افزایش است. هدف از این مطالعه بررسی تأثیر تکنیک آرامسازی پیشرونده عضلانی بر فعالیتهای روزمره زندگی بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس می باشد. روش بررسی: این پژوهش یک مطالعه مداخله ای و تجربی است که پس از انتخاب ۶۶ نفر با نمونه گیری هدفمند و به روش در دسترس، نمونه ها به صورت تصادفی به دو گروه شاهد و آزمون تخصیص داده شدند. پس از یک جلسه آشناسازی نمونه ها با اهداف و روش مداخله و ۶۳ جلسه اجرای تکنیک توسط گروه آزمون در مدت دو ماه، در حالیکه برای گروه شاهد هیچگونه مداخله ای انجام نشده بود، دو گروه مورد مقایسه قرار گرفتند. ابزارهای جمع آوری اطلاعات شامل پرسشنامه اطلاعات دموگرافیک، پرسشنامه فعالیتهای روزمره زندگی و چک لیست های خود گزارش دهی بود. داده های خام با آزمونهای آماری تی زوجی، تی مستقل، آنالیز واریانس و تعیین همبستگی مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: بر اساس نتایج حاصل، تفاوت معنی داری بین میانگین امتیاز کل و امتیاز ابعاد فعالیتهای روزمره زندگی قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون وجود داشت ($P < 0/001$)، ولی در مورد گروه شاهد این تفاوت معنی دار نمی باشد ($P \geq 0/253$). بین میانگین امتیاز کل و امتیازات ابعاد مختلف فعالیتهای روزمره زندگی، یک ماه و دو ماه بعد از مداخله اختلاف معنی داری بین دو گروه شاهد و آزمون دیده شد ($P < 0/05$). همچنین تفاوت معنی داری بین میانگین امتیازات بعد اجتماعی فعالیتهای روزمره زندگی در سه بار اندازه گیری بین دو گروه بدست آمد ($P < 0/02$). در حالیکه این آزمون بین میانگین امتیازات سه بعد دیگر (فیزیکی، حسی، شخصی) فعالیتهای روزمره زندگی و امتیاز کل تفاوت معنی داری را نشان نمی دهد ($P \geq 0/095$).

نتیجه گیری: با توجه به یافته های این پژوهش می توان نتیجه گرفت که اجرای تکنیک آرامسازی پیشرونده عضلانی در بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس عملی است و اجرای این تکنیک باعث ارتقاء سطح فعالیتهای روزمره زندگی این بیماران می گردد.

کلید واژه ها: آرامسازی پیشرونده عضلانی / فعالیتهای روزمره زندگی / مولتیپل اسکلروزیس / سیستم عصبی مرکزی

- ۱- کارشناس ارشد آموزش پرستاری، دانشگاه تربیت مدرس
- ۲- دکترای آموزش پرستاری، دانشیار دانشگاه تربیت مدرس
- ۳- متخصص مغز و اعصاب، استادیار دانشگاه علوم پزشکی شاهد
- ۴- دکترای آموزش پرستاری، استادیار دانشگاه تربیت مدرس
- ۵- دکترای آمار حیاتی، استاد دانشگاه تربیت مدرس

تاریخ دریافت مقاله: ۸۵/۱۲/۹

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۶/۲/۲

*آدرس نویسنده مسئول:

تهران، تقاطع بزرگراههای شهید چمران و آل احمد، دانشگاه تربیت مدرس، دانشکده علوم پزشکی، گروه پرستاری
تلفن: ۸۸۰۱۱۰۰۱ داخلی ۳۸۵۳

*E-mail: ahmadif@modares.ac.ir