

مقایسه تأثیر هورمون درمانی جایگزینی و فنون آرام سازی بر پیامد اختلال های وازوموتور یائسگی

صدیقه کمالی* دکتر سید نورالدین موسوی نسب**

Differential effectiveness of hormone replacement therapy and relaxation techniques on consequences of menopause vasomotor symptoms

S Kamali* N MosaviNasab

دریافت: ۸۴/۹/۲۸ پذیرش: ۸۵/۹/۸

*Abstract

Background: Vasomotor symptoms are usually accompanied with consequences such as headache, sleep disturbance and other events which can not be exactly attributed to endocrine changes already established in menopausal period.

Objective: To compare the effect of hormone replacement therapy and relaxation techniques on consequences of menopause vasomotor symptoms

Methods: This was a quasi-experimental study carried out in 2003 in which ninety post-menopausal women with vasomotor symptoms referred to private doctors or midwives in Zanjan (Iran) were selected by convenience method. The subjects were randomly divided into 3 groups marked as HRT, RT and control groups. Data were collected through questionnaires and interviews before and after intervention. Data were further analyzed using T-test, T-Paired, X^2 and variance analysis.

Findings: Our results demonstrated that RT and HRT both reduced the severity of vasomotor symptoms consequences (headache, sleep disturbance, depression, irritability and anxiety) in post-treatment period compared to pre-treatment stage. The findings were also indicative of a significant difference between RT and HRT groups comparing with control group in post-treatment period. Finally, although RT and HRT both reduced the severity of symptoms, RT found to have greater effect on depression than HRT.

Conclusion: Based on results found in present study, RT and HRT both led to significant reduction in consequences of vasomotor symptoms, however, RT showed greater effect on depression than HRT.

Keywords: Hormones, Menopauses, Vasomotor Symptoms

* چکیده

زمینه: اختلال های وازوموتور به طور معمول با پیامدهایی چون سردرد، اختلال خواب و غیره همراه هستند که به طور دقیق نمی توان آنها را به تغییرات هورمونی ایجاد شده در دوران یائسگی نسبت داد.

هدف: مطالعه به منظور تأثیر هورمون درمانی و فنون آرام سازی بر پیامد اختلال های وازوموتور یائسگی انجام شد.

مواد و روش ها: در این مطالعه نیمه تجربی که در سال ۱۳۸۳ انجام شد، ۹۰ نفر از زنان یائسه شهر زنجان که از علائم وازوموتور رنج می بردند و به مطب های خصوصی متخصصان زنان و زایمان یا ماماها مراجعه کردند، به طور آسان انتخاب و سپس به صورت تصادفی در سه گروه هورمون درمانی جایگزینی، فنون آرام سازی و شاهد قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده ها پرسش نامه بود که به روش مصاحبه قبل و بعد از مداخله تکمیل شد و داده ها با آزمون های آماری تی، مجذور کای، تی زوج و آنالیز واریانس تجزیه و تحلیل شدند.

یافته ها: تمرین های آرام سازی و هورمون درمانی هر دو سبب کاهش شدت علائم وازوموتور (سردرد، اختلال خواب، افسردگی، تحریک پذیری و اضطراب) نسبت به قبل از درمان شدند که این اختلاف در مقطع بعد از درمان بین گروه های آرام سازی و هورمون درمانی با گروه شاهد از نظر آماری معنی دار بود ($P < 0.05$). البته آرام سازی در کاهش شدت افسردگی مؤثرتر بود.

نتیجه گیری: براساس یافته ها، به نظر می رسد هورمون درمانی و فنون آرام سازی هر دو از درمان های مؤثر بر پیامد اختلال های وازوموتور هستند، ولی آرام سازی در کاهش شدت افسردگی مؤثرتر است.

کلید واژه ها: هورمون ها، یائسگی، اختلال های وازوموتور

** استادیار آمار دانشگاه علوم پزشکی زنجان

* مربی آموزش مامایی و عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی زنجان
آدرس مکاتبه: زنجان، دانشکده پرستاری و مامایی، تلفن: ۰۲۴۱-۷۲۷۲۵۱۳