

کاهش درد زایمان با ماساژ یخ روی دست

فرانک صفدری ده چشمه*، معصومه دل آرام*، تهمین صالحیان**، محمد تقی مرادی***

محمد رحیمی مدیسه***، فاطمه علی اکبری****

تاریخ دریافت مقاله: ۸۷/۵/۸

تاریخ پذیرش مقاله: ۸۷/۱۲/۲۴

* مربی، گروه مامایی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرکرد، دانشکده پرستاری و مامایی

** مربی، گروه مامایی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زاهدان، دانشکده پرستاری و مامایی

*** کارشناس ارشد حشره شناسی، عضو مرکز تحقیقات سلولی و مولکولی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرکرد

**** مربی، گروه پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرکرد، دانشکده پرستاری و مامایی

چکیده

زمینه و هدف: زایمان یکی از دردناک‌ترین تجارب زنان و کاهش درد آن از اهداف مهم مراقبت‌های مامایی است. در صورتی که این درد تسکین نیابد ممکن است منجر به اثرات سوء بر مادر و نوزاد گردد. هدف این مطالعه تعیین تاثیر ماساژ یخ در نقطه هوکو بر شدت درد زایمان زنان نخست زای مراجعه کننده به بیمارستان هاجر شهرکرد بود.

مواد و روش کار: این کار آزمایشی بالینی از آبان ۸۵ تا دی ماه ۸۶ بر روی ۶۰ خانم باردار نخست زای در بیمارستان هاجر شهرکرد انجام شد. نمونه گیری به روش در دسترس انجام شد و نمونه هابه طور تصادفی به دو گروه لمس کیسه شن (شاهد) و ماساژ یخ (مورد) تقسیم شدند. قبل از هر گونه، مداخله شدت درد پایه ابتدای فاز فعال با استفاده از مقیاس سنجش درد (VAS) در دیلاتاسیون ۴ سانتی متر در هر دو گروه اندازه گیری شد. در گروه مورد قطعات خرد شده یخ در کیسه حوله ای پیچیده شده و با حرکت جنبشی در نقطه هوکو طی سه انقباض ماساژ داده شد. برای گروه شاهد فقط لمس ناحیه هوکو با کیسه شن انجام شد. بعد از انجام مداخله شدت درد زایمان مجدداً در دیلاتاسیون ۴، ۶، ۸ و ۱۰ سانتی متر سرویکس در هر دو گروه اندازه گیری و با یکدیگر مقایسه شد. اطلاعات به دست آمده با استفاده از آزمونهای آماری تی مستقل و کای اسکور، مان ویتنی و تی زوج تجزیه و تحلیل شد و $P < 0/05$ معنی دار در نظر گرفته شد.

یافته ها: یافته ها نشان داد که بعد از انجام مداخله، میانگین شدت درد فاز فعال زایمان در گروه مورد به طور چشمگیری کمتر از گروه کنترل بود ($P < 0/001$) همچنین میانگین طول مدت فاز فعال زایمان نیز در گروه مداخله کوتاهتر از گروه کنترل بود ($P < 0/05$) ولی میانگین شدت درد قبل و بعد از مداخله در گروه مورد، تنها در دیلاتاسیون های ۴، ۶ و ۸ سانتی متر معنی دار بود. ($P < 0/001$)

نتیجه گیری: با توجه اثرات مثبت ماساژ یخ در تسکین درد مرحله اول زایمان و با عنایت به ماهیت غیر تهاجمی و ایمن بودن و سهولت انجام، این روش را به عنوان یک تکنیک ارزشمند در تسکین درد زایمان پیشنهاد می کنیم. (مجله طبیب شرق، دوره ۱۱، شماره ۱، بهار ۱۳۸۸، ص ۲۳ تا ۳۰)

کلیدواژه ها: تسکین درد، درد زایمان، ماساژ یخ، نقطه هوکو

مقدمه

درد جزء غیر قابل اجتنابی از زایمان است و علی رغم پیشرفت های نوین در طب، اداره مناسب آن هنوز یکی از معضلات مهم مربوط به سلامت زنان است. محققین فاکتورهای مختلفی را در شدت این درد دخیل دانسته اند که مهم ترین آنها فاکتورهای فیزیولوژیک نظیر انقباضات رحمی، دیلاتاسیون و افاسمان و فاکتورهای روانی نظیر استرس، اضطراب، ترس و

درد جزء غیر قابل اجتنابی از زایمان است و علی رغم پیشرفت های نوین در طب، اداره مناسب آن هنوز یکی از معضلات مهم مربوط به سلامت زنان است. محققین فاکتورهای مختلفی را در شدت این درد دخیل دانسته اند که مهم ترین آنها فاکتورهای فیزیولوژیک نظیر انقباضات رحمی، دیلاتاسیون و افاسمان و فاکتورهای روانی نظیر استرس، اضطراب، ترس و