

## تاثیر مصاحبه انگیزشی بر فشار خون مراجعان مبتلا به پرفشاری خون

علی نویدیان<sup>\*</sup> PhD، محمدرضا عابدی<sup>۱</sup> PhD، ایران باغبان<sup>۱</sup> PhD، مریم فاتحی زاده<sup>۱</sup> PhD، حمید پورشریفی<sup>۲</sup> PhD

<sup>\*</sup>گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی زاهدان، زاهدان، ایران

<sup>۱</sup>گروه مشاوره، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه اصفهان، اصفهان، ایران

<sup>۲</sup>گروه روان‌شناسی، دانشکده علوم تربیتی و روان‌شناسی، دانشگاه تبریز، تبریز، ایران

### چکیده

**اهداف:** پرفشاری خون مهم‌ترین عامل قابل اصلاح بیماری‌های قلبی-عروقی است. این مطالعه به منظور تعیین اثربخشی مصاحبه انگیزشی گروهی بر میزان فشار خون افراد مبتلا به پرفشاری خون انجام شد.

**مواد و روش‌ها:** این مطالعه نیمه تجربی، پژوهشی با طرح پیش‌آزمون، پس‌آزمون با گروه کنترل بود که در زمان‌های مختلف روی ۶۱ مراجع با فشار خون سیستولی بین ۱۲۵ تا ۱۶۰ میلی‌متر جیوه در قالب طرح غربالگری دیابت و سندروم متابولیک دانشگاه علوم پزشکی اصفهان در سال ۸۸-۱۳۸۷ اجرا شد. ۸۰ مراجعه‌کننده از طریق نمونه‌گیری تصادفی انتخاب و به‌طور تصادفی در دو گروه آزمایش (۴۰ نفر) و کنترل (۴۰ نفر) قرار گرفتند. مداخله‌ای شامل پنج جلسه مصاحبه انگیزشی گروهی، به همراه آموزش رایج سبک زندگی به گروه آزمایش ارائه شد. داده‌ها با استفاده از آزمون‌های آماری آنالیز کوواریانس و T وابسته مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

**یافته‌ها:** میانگین فشار خون سیستولی ( $p=0/01$ ) و دیاستولی ( $p=0/05$ ) به‌طور معنی‌داری پس از مداخله در گروه آزمایش، نسبت به گروه کنترل پایین‌تر بود. با وجود این که تفاوت معنی‌داری در فشار خون سیستولی در مرحله پیگیری وجود نداشت، تاثیر مصاحبه انگیزشی بر فشار خون دیاستولی همچنان پایدار گزارش گردید.

**نتیجه‌گیری:** افزودن مصاحبه انگیزشی به آموزش‌های معمول سبک زندگی سالم در کنترل و پیشگیری پرفشاری خون، روشی موثر در کاهش فشار خون و در نهایت، کاهش عوامل خطرزای بیماری‌های قلبی-عروقی است.

**کلیدواژه‌ها:** مصاحبه انگیزشی گروهی، پرفشاری خون، سبک زندگی

## Effect of motivational interviewing on blood pressure of referents suffering from hypertension

Navidian A.\* PhD, Abedi M. R.<sup>1</sup> PhD, Baghban I.<sup>1</sup> PhD, Fatehizadeh M.<sup>1</sup> PhD, Poursharifi H.<sup>2</sup> PhD

\*Department of Nursing, Faculty of Nursing & Midwifery, Zahedan University of Medical Sciences, Zahedan, Iran

<sup>1</sup>Department of Counseling, Faculty of Educational Sciences & Psychology, Isfahan University, Isfahan, Iran

<sup>2</sup>Department of Psychology, Faculty of Educational Sciences & Psychology, Tabriz University, Tabriz, Iran

### Abstract

**Aims:** Hypertension is the most important modifiable factor in the cardiovascular diseases. The aim of this study was to determine the effectiveness of group motivational interviewing on the blood pressure of people suffering from hypertension.

**Materials & Methods:** This research is a quasi-experimental study with the pre-test, post-test and a control group which was conducted at different time intervals on 61 patients suffering from systolic blood pressure from 125 to 160 mm Hg in the Isfahan medical sciences university in a project for screening diabetes and metabolic syndrome in 2009. 80 subjects were selected by random sampling and were randomly divided into the experimental group (N=40) and the control group (N=40). An intervention consists of five sessions of group motivational interviewing and common lifestyle training was provided for the experimental group. The data was analyzed using statistical covariance analysis and dependent T-test.

**Results:** The mean of the systolic blood pressure ( $p=0.01$ ) and diastolic blood pressure ( $p=0.05$ ) were significantly lower in the group receiving the motivational interview than the control group after the intervention. Despite the fact that there was no significant difference in systolic blood pressure in the follow-up stage, the effect of the motivational interviewing on diastolic blood pressure was reported to be persistent.

**Conclusion:** Including motivational interview in the health lifestyle trainings for controlling and preventing high-blood pressure is an effective way for decreasing blood pressure and consequently decreasing dangerous factors in cardiovascular diseases.

**Keywords:** Group Motivational Interviewing, Hypertension, Lifestyle