

## تأثیر آموزش برنامه خودمراقبتی بر اضطراب و افسردگی بیماران مبتلا به آنژین صدری

محمد رضا جانی<sup>۱</sup> ID، محمد هادی سروری<sup>۲\*</sup> ID، سید مصطفی محسنی زاده<sup>۳</sup> ID، مریم سادات کاتبی<sup>۳</sup> ID

۱. گروه پرستاری، دانشکده پیراپزشکی و بهداشت فردوس، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران.
۲. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی قاین، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران.
۳. گروه مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی قاین، دانشگاه علوم پزشکی بیرجند، بیرجند، ایران.

مشخصات مقاله	چکیده
<b>نوع مقاله</b> مقاله پژوهشی	<b>مقدمه:</b> در میان بیماری‌های ایسکمیک قلبی، آنژین صدری شایع‌ترین بیماری است و بیشترین موارد پذیرش در بخش اورژانس بیمارستانی را شامل می‌شود. افسردگی و اضطراب زمینه ساز بیماری‌های قلبی - عروقی می‌باشند. امروزه آموزش به عنوان هسته‌ی اصلی فعالیت‌های بهداشتی درمانی پذیرفته شده است. از این رو مطالعه حاضر با هدف تأثیر آموزش برنامه خود مراقبتی بر اضطراب و افسردگی بیماران مبتلا به آنژین صدری انجام شد.
<b>پیشینه پژوهش</b> تاریخ دریافت: ۱۴۰۱/۱۰/۲۹ تاریخ پذیرش: ۱۴۰۲/۰۵/۱۰	<b>روش کار:</b> این پژوهش از نوع تجربی می‌باشد که بر روی ۶۰ نفر از بیماران مبتلا به آنژین صدری مراجعه کننده به مرکز آموزشی درمانی شهدا قاین انجام گرفت. در طی این مطالعه پرسشنامه‌های افسردگی بک و اضطراب اشیپلبرگر قبل از اجرای مداخله و دو ماه بعد مداخله تکمیل شد. مداخله شامل ۳ جلسه ۴۵ دقیقه‌ای آموزش خود مراقبتی توسط یک پرستار بود. در گروه شاهد هیچ مداخله خود مراقبتی صورت نگرفت و درمان و مراقبت معمول را دریافت کردند. اطلاعات با نرم افزار SPSS ۱۹ و با استفاده از آزمون‌های فیشر، کای اسکور، من ویتنی، آزمون‌های مستقل، تی زوجی و کروسکال والیس مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.
<b>کلمات کلیدی</b> آنژین صدری، خودمراقبتی، اضطراب، افسردگی.	<b>نتایج:</b> تفاوت آماری معنی داری در متغیرهای جمعیت شناختی و میانگین نمرات پایه اضطراب و افسردگی بین دو گروه وجود نداشت. میانگین نمرات افسردگی در گروه کنترل و آزمون قبل از مداخله به ترتیب $13/30 \pm 7/15$ و $9/10 \pm 16/90$ بود. پس از مداخله این نمرات به $6/86 \pm 14/46$ (در گروه شاهد) و $3/27 \pm 6/66$ (در گروه آزمون) رسید. میانگین نمرات اضطراب موقعیتی نیز در گروه کنترل و آزمون قبل از مداخله به ترتیب $4/82 \pm 50/50$ و $48/16 \pm 7/77$ بود که این نمرات بعد از مداخله به $5/25 \pm 50/30$ (در گروه شاهد) و $35/56 \pm 6/05$ (در گروه آزمون) رسید. قبل از مداخله، میانگین نمرات اضطراب خصیصه‌ای در گروه شاهد $4/26 \pm 48/20$ و در گروه آزمون $8/08 \pm 45/60$ بود؛ که بعد از مداخله، به $47/56 \pm 4/62$ در گروه کنترل و $41/53 \pm 4/59$ در گروه آزمون رسید. تمامی این تغییرات در گروه آزمون معنی دار بود ( $P < 0/05$ ).
<b>doi</b> 10.22038/hmed.2023.70203.1253	<b>نتیجه گیری:</b> آموزش خود مراقبتی در بهبود اضطراب و افسردگی بیماران مبتلا به آنژین صدری موثر است. بنابراین استفاده از این روش آموزشی در بیماران مبتلا به آنژین صدری برای کنترل و کاهش اضطراب و افسردگی توصیه می‌شود.



نحوه ارجاع به این مقاله

Jani M, Sarvari M, Mohsenizadeh M, Katebi M. Effect of Self-care Program Training on Anxiety and Depression in Patients with Angina Pectoris. Horizon of Medical Education Development. 2023;14(4):53-63

ایمیل: sarvarymh350@gmail.com

\*نویسنده مسئول: محمد هادی سروری

آدرس: گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی قاین.



پرسشنامه اضطراب اسپیلیبرگر (صفتی و حالتی)  
پرسشنامه خودسنجی مربوط به اضطراب خصیصه ای

نام و نام خانوادگی: تاریخ: سن: جنس:

یکسری از جملاتی را که مردم برای شرح و توصیف خودشان به کار می برند در ذیل آورده شده است که احساس کلی و عمومی شما را نشان می دهد. هر یک از جملات را بخوانید و سپس خانه مناسب را که احساس کلی شما را بهتر توصیف می کند علامت بزنید. (لطفاً مدت زمان زیادی روی هر جمله صرف نکنید.)

ردیف	پرسشنامه	تقریباً هرگز	بعضی وقت	اغلب اوقات	تقریباً همیشه
۱	احساس خوشی و لذت دارم				
۲	احساس عصبانیت و بی قراری می کنم				
۳	احساس می کنم از خودم رضایت دارم				
۴	آرزو می کنم می توانستم به اندازه دیگران خوشحال باشم				
۵	احساس شبیه به شکست خوردگی دارم				
۶	احساس سرحالی می کنم				
۷	آرام، خونسرد و ملایم هستم				
۸	احساس می کنم مشکلات به قدری روی هم انباشته شده اند که نمی توانم بر آنها غلبه کنم				
۹	از بسیار چیزهایی که واقعاً مهم نیستند بسیار نگرانم				
۱۰	خوشحالم				
۱۱	افکار پریشانی دارم				
۱۲	اعتماد به نفس می کنم				
۱۳	احساس امنیت می کنم				
۱۴	خیلی زود تصمیم می گیرم				
۱۵	احساس بی کفایتی می کنم				
۱۶	راضی هستم				
۱۷	بعضی از فکرهای بی اهمیت به فکر من خطور می کند و مرا آزاد می دهد				
۱۸	شدیداً ناامید هستم و نمی توانم آن را بیرون کنم				
۱۹	آدم منظم و کوشایی هستم				
۲۰	وقتی به نگرانی ها و علایق گذشته فکر می کنم دچار بجران و آشفتگی می شوم				

پرسشنامه خودسنجی مربوط به اضطراب موقعیتی

یکسری از جملاتی را که مردم برای شرح و توصیف خودشان به کار می برند در ذیل آورده شده است که احساس شما را در این لحظه نشان می دهد، هر یک از جملات را بخوانید و سپس خانه مناسب را که احساس فعلی شما را بهتر توصیف می کند علامت

بزنید.

ردیف	هرگز	کم	نسبتاً زیاد	خیلی زیاد
۱				
۲				
۳				
۴				
۵				
۶				
۷				
۸				
۹				
۱۰				
۱۱				
۱۲				
۱۳				
۱۴				
۱۵				
۱۶				
۱۷				
۱۸				
۱۹				
۲۰				