تأثیر درمان شناختی رفتاری بر کاهش اضطراب زایمان طبیعی نخست

رقبه ایمان پرست ۱، حامد بررس ۲، عصمت داووس ۳، زینت آچامدی ۴

چکیده
مقدمه: اضطراب به عنوان یک عامل اصلی در بارداری و هم‌وقت راهبردهای سیلهای رفتاری بر کاهش اضطراب زایمان طبیعی نقش آفرینی می‌کند.

روش بررسی: این مطالعه نیمه تجربی با ۴۰ نفر از زایمان های زایمانی زن بارداری شده در بیمارستان رضوانیه و نوبت‌داری نیوشهر انجام گردید.

نتایج: میانگین تعداد اضطرابی که بارداران می‌پیدا می‌کنند در بارداری، و ۱/۳ در بارداری نیوشهر، و به طور میانگین در بارداری نیوشهر کاهش یافت.

واژه‌های کلیدی: بارداری، سقط، ناباروری، زایمان طبیعی
مقدمه

اضطراب عبایت است از احساس منشتر، ناخوشایندگی و مسیمیت. این به ترتیب باعث خرفان و حل آنها است. مطالعات مرتبط با این تأثیر درمان شفاهی زندگی و روزای اضطراب موارد خاص است از جمله می شود به عنوان یکی از مهم‌ترین بخش‌های اضطراب خانم‌ها تحت درمان تلقینی داخل رحمی اش‌های نمودار (1). افزایش درمان شفاهی زندگی، زندگی درمانی رضایت از اجلاس و ادراک از اجتماعی اضطراب، جمعیتی، بیولوژیکی، زرائل و اجتماعی مطرح می‌باشد. (2) تحریک سیستم عصبی خاکرد مجار داراد به دلیل وجود اضطراب موجب انقباض عضلات صاف یا زمین فرح، خستگی، افتادن یا احتیاط خون در هر می‌شود. در نتیجه این وکنش عصبی، میزان آبسیون رسانی به حضور کاهش می‌یابد. کاهش میزان آبسیون وارد به رحم موجب غیرطبیعی شدن اگز اضطراب قلب ضرین می‌شود. (3) عوامل روانی اجتماعی از جمله اضطراب زمان زمان تأثیر گذار. می‌باشد و می‌تواند مظهر به رایان زودرو و عضوظ حاصل از آن برای مادور و نوزاد در مورد (4) حیدایت است. در وسط مناسب انسان، از نوع از فناوریهای اامت و تأثیر تکنولوژی و کریزیمی با ماکسیم کاهش جرای خون و رحم و شروت انقباضات رحمی می‌تواند موجب زمانی پیش از معدود گذشته. (5) هر می‌بن正义 که با خاصیت اضطراب تشکیل می‌شود. می‌تواند موجب اختلال در پیشرفت انسان دهان رحم و کارایی آن در رایان زودرو و نهایتاً موجب طولانی زمان زمانی و افتکار در زمان سود (6). از سوی دیگر، مادر مضطر قادره به همکاری مناسب بیا کریکان بیمارستان برای زمان نیست. افتراق مدت زمان رایان می‌توان است عوارض مختلفی برای مادر داشته باشد که مهم‌ترین این اشکال‌بارزی رحمی، افتراق خون‌ریزی رایانی و احتیاط آنوری رحمی بعد از زمان، می‌باشد. (7) برای کاهش اضطراب زمانی از روش‌های مختلفی استفاده می‌شود، از جمله مشاوره روانی، استفاده از مؤسکی درمان شفاهی زندگی و ارتباط با افرادی که قبلی تحت حمایت رضایت می‌باشد. (8) درمان شفاهی زندگی، نوآور روان درمانی ساختمان کودک مدت است که از مشارکت فعال مراجع و درمانگران برای می‌بینند به اهداف گام‌یک ورود.

<table>
<thead>
<tr>
<th>MG1</th>
<th>T1</th>
<th>X</th>
<th>T2</th>
<th>T3</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>MG2</td>
<td>T1</td>
<td>X-</td>
<td>T2</td>
<td>T3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

دروی بیست و دوم، شماره او، فروردین و اردیبهشت 1392

مجله دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید صدوقی برز
پایگاه علمی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی نشر بیست و دوم هر چهار ماهی #1393
بحث و نتیجه‌گیری

در دوران بارداری و در طی زایمان، اضطراب بکی از معنایی است که مادر با آن درگیر می‌باشد. شاید تنها علت اضطراب مادر باعث اعتماد به عامل زایمان و ترس از زایمان است که می‌تواند موجب طولانی شدن مدت زمان زایمان و در نتیجه موجب نسبت به مراد و جنین گردد که علل احتمال‌نامنده اضطراب تا حدود زیادی با دادن آموزش‌های مناسب به مادر قابل کاهش هستند(6). در پژوهش حاضر، وجود تفاوت در گروه آزمایش و گروه کنترل که نتیجه تغییر نگرفته و پارسیسیاً غلظ مادران باردار و جایگزین شدن عقاید منطقی ابتدا بیانگر ارتباط مناسب درمان شناختی رفتاری در کنترل اضطراب می‌باشند. مطالعه‌های دیگر نشان داد که شناخته می‌تواند در جلوگیری از اضطراب در سه ماهه سوم بارداری در مادران بارداری (8) بر اساس نظریه شناختی اختلال‌های اضطرابی تعمیم یافته از باروری‌های نامناسب و باروری‌های نیازمندی به منطقی ناشی می‌شود که بر چگونگی نفس‌سازی از روابط است و واکنش‌های انسانی منطقی را در پی دارد (14). ظهور زیرساز شناخت درمانی، بیان می‌کند بیماران به دلیل بهبود می‌باشند که از تفکرهای منفی خود فاصله می‌گیرند و در نتیجه و گروه نگرفته شکست می‌کنند به حسن سلسله‌دست باند. این امر منطقی بر ثبات پژوهشی تحت عنوان شناخت درمانی
تأثیز درمان ساختی رفتاری بر گروه اضطراب رایانی طبیعی نخست

منبع بر دست آگاه در کاهش افکار خودآینده منفی و اضطراب می‌باشد که بیان کننده این اضطراب درمان £آگاه است. وجود تفاوت در گروه آزمایش و گروه کنترل، بس از اجرا درمان ساختی رفتاری صورت می‌گیرد. با توجه به نتایج مطالعه حاضر هم چنین در (15) در مطالعه دیگر که به صورت سیستمی دو ساعت صورت گرفته بود و به مادار آموزش هایی در مورد تغییرات فیزیولوژیک بارداری، تکنیک‌های تنفسی حین زایمان و مراحل رایانی داده شده بود، بیان شده است که این جلسات میزان اضطراب مراکز زایمان را در بارداری و حین رایانی کاهش داده است (16). در واقع این مطالعه بانگر تأثیرات ساختی روزی آموزش‌های مرتبط با رایانی در جهت کاهش اضطراب است که با نتایج آگاه کننده منفی بر تأثیرات مثبت آموزش مراحل زایمانی، شنای مادر و بازخوردهای زیستی هم جهت می‌باشد. در مطالعات دیگر که بر روی زنان نابور به صورت دانش‌آموزانی که درجه آموزش آرام‌سازی عضلانی، کاهش و کاهش تعدد تنش‌ساز صورت گرفته، نشان داده شد که این مداخله با ایجاد تغییرات فیزیولوژیک هماهنگ موجب کاهش فعالیت سیستم عصبی سینکتیک شده و در نهایت منجر به کاهش اضطراب گروه آزمایشی می‌گردد (9).

در زمان این تحقیق بر اساس اضطراب خیف که نشسته، به نظر می‌رسد آموزش و به کاربست آرام‌سازی عضلانی به همان سبب شباهت درمان راه‌اندازی رفتاری موجب کاهش و پیشگیری حمله اضطراب می‌گردد (17) که در مطالعه حاضر نیز آموزش آرام‌سازی، آگاه نمود و دانش‌آموزانی، شباه مواجه با این تغییرات، اگاهی از این تغییرات و دانستن این وابستگی‌ها زیستی مناسب موجب کاهش اضطراب گروه آزمایشی گردد که

References:


13- Fathi A. Psychological tests, personality and mental health. Tehran: Nashre Besat; 2009. [Persian]


The Effect of Cognitive Behavior Therapy on Anxiety Reduction of First Normal Vaginal Delivery

Imanparast R(MA)¹, Bermas H(PhD)², Danesh E(PhD)³, Ajoudani Z(MD)⁴

¹-³ Department of Psychology, Azad University, Karaj Branch, Alborz, Iran
⁴ Department of Midwifery, Azad University, Karaj Branch, Alborz, Iran

Received: 13 Nov 2012 Accepted: 23 May 2013

Abstract

Introduction: Anxiety has an impressive effect on normal vaginal delivery. Since no study has been conducted in this regard, this research is designed to determine the effect of cognitive behavior therapy on the reduction of anxiety at first normal vaginal delivery.

Methods: A semi-experimental study was carried out on 40 nulliparous women with six months age of pregnancy and without abortion and infertility background. After the completion of testimonial, the rate of anxiety was evaluated by Beck anxiety inventory. Then the participants were randomly divided into two groups (20 persons in each group). The experimental group received ten sessions of individual cognitive behavior therapy. The test was carried out again a week before delivery and twenty days after it. The data analysis was accomplished by SPSS16 and Co-variance analysis test.

Results: At first the average of anxiety score in the experimental group was 34.16, in post test 8.68 and in follow up test 7.79 and, thus the difference was meaningful(p<0.01), whereas in the control group, this score, at first, was 34.05, in post test 34.53 and in follow up test 26.89, which did not show any meaningful difference.

Conclusions: Consequently the cognitive behavior therapy causes to decrease the anxiety with enduring effect at first normal vaginal delivery. Therefore, this treatment is proposed to reduce the anxiety of first delivery women.

Keywords: Abortion; Infertility; Normal Vaginal Delivery; Pregnancy

This paper should be cited as:

*Corresponding author: Tel: +98 9126437262, Email: imanparast_psy@yahoo.com