

عوامل تنش زا و راهکارهای مقابله با تنش در بیماران تحت همودیالیز

*فاطمه ناظمیان^۱ MD، فاطمه غفاری^۲، زهرا فنوکیان^۳، طیبه پورغزین^۴

^۱استادیار، ^۲عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی بابل، ^۳مربی پرستاری دانشگاه علوم پزشکی بابل، ^۴عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

تاریخ دریافت: ۸۴/۱۰/۷ - تاریخ پذیرش: ۸۵/۷/۱۸

خلاصه

مقدمه: بیماران همودیالیزی در زندگی روزمره با عوامل تنش زا و متفاوتی مواجه می باشند که ناشی از خود بیماری و نیز درمان طولانی مدت آن می باشد. یکی از متغیرهای مهم در کاهش اختلالات روانی در بیماران دیالیزی چگونگی واکنش های تطابقی بیمار با عوامل تنش زا و فیزیکی و روانی، اجتماعی است. این پژوهش با هدف تعیین عوامل تنش زا و راهکارهای مقابله با تنش در بیماران تحت همودیالیز انجام شده است.

روش کار: این پژوهش یک مطالعه توصیفی است که در دانشگاه علوم پزشکی مشهد در سال ۱۳۸۳ انجام شده است. نمونه مورد مطالعه شامل ۱۲۰ نفر بیمار تحت درمان با همودیالیز می باشد، که از روش نمونه گیری سرشماری انتخاب شدند. به منظور جمع آوری داده ها از پرسشنامه HSS جهت بررسی میزان شیوع و شدت تنیدگی آورهای فیزیکی و روانی اجتماعی CES - D استفاده شده است که فراوانی و شدت عوامل استرس زای مربوط به درمان (روانی، اجتماعی و فیزیکی) را توسط ۲۹ عبارت سنجیده است و بر اساس مقیاس پنج نقطه ای لیکرت (اصلاً تا خیلی زیاد) به ترتیب از ۰-۴ نمره گزاری شده است. اطلاعات با استفاده از نرم افزار SPSS و با دو روش آمار توصیفی و جداول توزیع فراوانی مطلق و نسبی و آزمونهای آماری تی، کای دور و کروسکال والیس مورد بررسی و تجزیه و تحلیل قرار گرفت (ضریب اطمینان ۹۵ درصد).

نتایج: نمونه های مورد مطالعه در محدوده سنی ۶۴-۱۵ سال قرار داشتند. میانگین سنی بیماران تحت همودیالیز شرکت کننده در مطالعه ۳۱/۹±۲/۱۲ سال بود. از نظر طول مدت دیالیز حد اکثر واحدهای مورد مطالعه یعنی ۵۹/۴ در صد سابقه دیالیز کمتر از سه سال داشتند. نتایج نشان داد که میانگین و انحراف معیار نمرات تنیدگی آورهای فیزیکی ۱۲/۰۹±۴/۸۹ و تنیدگی آورهای روانی، اجتماعی ۲۸/۵۱±۱۴/۴۵ بوده است. نتایج نشان داد که بیشترین عامل تنش زای روانی اجتماعی مربوط به محدودیت مایعات و طولانی بودن درمان بوده است. همچنین بیشترین عامل تنش زای فیزیکی مربوط به کرامپ عضلانی و خستگی بود. نتایج همچنین نشان داد که اکثریت واحدهای مورد مطالعه یعنی ۶۷/۸ درصد از شیوه مقابله ای مشکل مدار در مواجهه با تنیدگی آورها استفاده کرده اند. نتایج حاکی از ارتباط خطی مثبت و معنی داری بین شیوه مقابله ای هیجان مدار با تنیدگی آورهای فیزیکی، روانی، اجتماعی بوده است ($p < 0.001$).

نتیجه گیری: در بیماران همودیالیزی عوامل تنش زا و روانی، اجتماعی شیوع بیشتری از عوامل تنش زا و فیزیکی دارند. با توجه به اهمیت روش های مقابله ای میتوان با شناسایی مهارت های مقابله ای مفید و کارساز و ارائه آنها از طریق برنامه های آموزشی و درمانی فرآیند سازگاری بیماران دیالیزی و درگیری با تنیدگی آورهای مختلف را تسهیل نمود.

کلمات کلیدی: تنیدگی آور، راهکار های مقابله با تنیدگی، افسردگی، بیماران همودیالیزی

*مشهد - بیمارستان امام رضا (ع)، نویسنده رابط - بخش داخلی