

تاثیر آرامسازی عضلانی بر درد بیماران تحت همودیالیز

فاطمه رضایی هروکی* - دانشجو

اهداف: بیماران دیالیزی درجاتی از درد خصوصا درد پا را تجربه می کنند. برخی مداخلات مکمل مانند آرام سازی عضلانی موجب کاهش درد می شود. مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر تکنیک آرام سازی عضلانی بر درد بیماران همودیالیزی انجام شد.

مواد و روش ها: مطالعه حاضر، کارآزمایی بالینی تصادفی است که روی ۹۰ بیمار همودیالیزی مراکز همودیالیز خاتم الانبیا و امام علی (ع) زاهدان انجام شد. واحدهای پژوهش به روش مبتنی بر هدف و بر اساس معیارهای ورود انتخاب شده و سپس به صورت تصادفی در دو گروه کنترل و مداخله قرار گرفتند. شدت درد بیماران به وسیله پرسش نامه مک گیل قبل از مداخله اندازه گیری شد. سپس آرام سازی عضلانی بنسبت طی سه جلسه به گروه مداخله آموزش داده شد و از آنها خواسته شد به مدت یک ماه روزی دو بار و هر بار به مدت ۲۰-۱۵ دقیقه آرام سازی را انجام دهند. برای گروه کنترل هیچ آموزشی ارایه نشد. سپس شدت درد در دو گروه بعد از یک ماه با هم مقایسه شد. داده ها با استفاده از آزمون های آماری مجذور کای، T مستقل و من-و-یتنی و با کمک نرم افزار SPSS 21 مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت.

یافته ها: اکثریت بیماران، مرد، متأهل، خانه دار و با تحصیلات زیر دیپلم بودند و میانگین سنی واحدهای پژوهش 43.0 ± 15.0 سال بود. در گروه مداخله کاهش معنی داری نسبت به گروه کنترل در میانگین شدت درد مشاهده شد ($p=0.03$).
نتیجه گیری: می توان از تکنیک آرام سازی عضلانی برای کاهش درد بیماران همودیالیزی استفاده کرد.

واژگان کلیدی: آرامسازی عضلانی، درد، بیماران همودیالیزی