

# تأثیر آموزش برنامه خودمراقبتی بر عوارض ناشی از بیماری در بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (MS)

حسین مدنی<sup>۱</sup> - حسن ناوی پور<sup>۲</sup> - دکتر پرویز روزیانی<sup>۳</sup> - دکتر نورالدین موسوی نسب<sup>۴</sup>

## چکیده

**زمینه و هدف:** بیماری مولتیپل اسکلروزیس (MS) یک بیماری مزمن و غیر قابل علاج سیستم عصبی مرکزی است که عوارض و مشکلات فراوانی برای بیماران مبتلا ایجاد نموده و آنها را به سوی ناتوانی و وابستگی در زندگی سوق می‌دهد؛ بنابراین استفاده از روشها و مداخلات مناسب جهت مقابله با این عوارض ضروری می‌باشد؛ مطالعه حاضر با هدف تعیین تأثیر آموزش برنامه خودمراقبتی بر عوارض ناشی از بیماری در بیماران مبتلا به مولتیپل اسکلروزیس (MS) در انجمن MS ایران انجام شد.

**روش تحقیق:** در این مطالعه نیمه تجربی، ۳۴ بیمار مبتلا به MS به طریق مبتنی بر هدف با روش نمونه‌گیری آسان انتخاب شدند. ابتدا قبل از آموزش برنامه خودمراقبتی، اطلاعات مورد نیاز (مشخصات فردی و عوارض ایجاد شده در اثر بیماری) از طریق پرسشنامه‌های اطلاعات فردی و فهرست مشکلات، از بیماران مورد پژوهش جمع‌آوری گردید. با بررسی اطلاعات حاصله و مشخص شدن انواع عوارض ایجاد شده و مراقبت‌های مورد نیاز، برنامه آموزشی مناسب برای آنها تهیه و تدوین شد؛ سپس کلاسهای آموزشی در طی هفت جلسه به صورت گروهی جهت آشنایی این بیماران با بیماری، علل، روشهای تشخیصی، درمانها و برنامه‌های خودمراقبتی در زمینه مشکلات و عوارض ناشی از بیماری MS برگزار گردید؛ پس از آن به مدت یک ماه برنامه‌های خودمراقبتی توسط بیماران اجرا شد و پژوهشگران نیز با استفاده از فرم‌های بازنگری گزارشی، نمونه‌ها را کنترل نمودند. مجدداً پرسشنامه‌های فهرست مشکلات پس از گذشت یک ماه توسط نمونه‌ها تکمیل شد و داده‌های قبل و بعد از مداخله با استفاده از نرم‌افزار آماری SPSS و روشهای آماری توصیفی و استنباطی t وچ شده و ویلکاکسون در سطح معنی‌داری  $P < 0/05$  مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

**یافته‌ها:** بین میزان به کارگیری برنامه خودمراقبتی توسط بیماران در مرحله قبل و بعد از مداخله تفاوت معنی‌داری وجود داشت؛ به گونه‌ای که میانگین نمره آنها از ۳ (قبل از مداخله) به ۲۶/۷۶ (بعد از مداخله) افزایش یافت ( $P = 0/001$ )؛ همچنین قبل از مداخله میزان گرفتگی عضلات این بیماران ۲۶٪/۵، احساس خستگی ۵۵٪/۹، بی‌خوابی ۴۴٪/۱ و فراموشی ۲۳٪/۵ بود ولی پس از یک ماه اجرای برنامه خودمراقبتی، میزان گرفتگی عضلات این بیماران به ۵٪/۹، احساس خستگی به ۱۴٪/۷، بی‌خوابی به ۱۱٪/۸ و فراموشی به ۱۴٪/۷ کاهش پیدا نمود ( $P < 0/05$ ).  
**نتیجه‌گیری:** آموزش برنامه خودمراقبتی باعث افزایش افزایش خود مراقبتی در بیماران و همچنین کاهش تعدادی از عوارض بیماری مولتیپل اسکلروزیس می‌شود؛ بنابراین استفاده از برنامه خودمراقبتی جهت کاهش عوارض ناشی از این بیماری در مبتلایان پیشنهاد می‌گردد.

**واژه‌های کلیدی:** مولتیپل اسکلروزیس (MS)؛ برنامه خودمراقبتی؛ عوارض بیماری MS

مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی بیرجند (دوره ۱۵؛ شماره ۲؛ تابستان ۱۳۸۷)

دریافت: ۱۳۸۵/۱۱/۲۹ اصلاح نهایی: ۱۳۸۶/۱۰/۵ پذیرش: ۱۳۸۶/۱۰/۲۵

<sup>۱</sup> نویسنده مسؤول؛ کارشناس ارشد آموزش پرستاری، عضو هیأت علمی و مربی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

آدرس: استان زنجان - شهرستان ابهر - خیابان خلیل طهماسبی - روبه‌روی اداره پست - دانشکده پرستاری ابهر

تلفن: ۰۲۴۲۵۲۶۹۰۰۰۲۱. شماره: ۰۲۴۲۵۲۷۰۰۲۱. پست الکترونیکی: madanih@zums.ac.ir

<sup>۲</sup> کارشناس ارشد آموزش پرستاری، عضو هیأت علمی و مربی گروه پرستاری دانشگاه تربیت مدرس

<sup>۳</sup> دکترای روانشناسی بالینی، عضو هیأت علمی و استادیار گروه آموزشی روانشناسی بالینی دانشگاه علوم پزشکی تهران

<sup>۴</sup> دکترای آمار حیاتی، عضو هیأت علمی و استادیار دانشگاه علوم پزشکی زنجان