



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
دانشکده پرستاری و مامائی

**تعیین تاثیر مشاهده منظرگاه طبیعت، منظرگاه همراه با آوای طبیعت
بر درد و اضطراب مرحله اول زایمان مادران نخست زا**

استاد راهنما: سیمین تعاونی

پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد
در رشته مامایی

نگارش

لیلا عبدلی نجمی

شهریور 1394

چکیده

زمینه: زایمان یکی از وقایع پر استرس زندگی زنان است و مدیریت درد و اضطراب زایمان از مهمترین اهداف مراقبت قبل از زایمان می باشد. دو روش عمده دارویی و غیر دارویی به این منظور استفاده می گردد. در روش دارویی هدف از بین بردن احساس فیزیکی درد است، در حالیکه در روش غیر دارویی هدف جلوگیری از رنج و اضطراب بیمار است. یکی از روش های غیر دارویی انحراف افکار است که توجه بیمار بر روی محرک های خوشایند تمرکز یافته و توجه به محرک های استرس زا یا دردناک کمتر می شود. انحراف افکار با استفاده از طبیعت در سالهای اخیر در زمینه های مختلف پزشکی مورد استفاده قرار گرفته است، ولی در زمینه درد اضطراب و زایمان بررسی نشده است.

هدف: تعیین تاثیر مشاهده منظرگاه طبیعت، منظرگاه همراه با آوای طبیعت بر درد و اضطراب مرحله اول زایمان مادران نخست زا

روش پژوهش: یک مطالعه کارآزمایی بالینی تصادفی بر روی 90 مادر باردار نخست زا (35-18 ساله) در مرحله فعال زایمان (دیلاتاسیون 4-8 سانت) می باشد، که نمونه ها بطور تصادفی به دو گروه مداخله و گروه کنترل تقسیم گردیدند. ابزار گردآوری داده ها شامل فرم های مشخصات فردی و مامایی، فرم ثبت معاینات مامایی، فرم ثبت کنترل، مقیاس آنالوگ دیداری درد (خط کش مدرج) و پرسشنامه شش موردی خلاصه شده اسپیل برگر می باشد. مداخله با پخش فیلمی 45 دقیقه ای از مناظر طبیعت در گروه مشاهده منظرگاه طبیعت و پخش فیلم همراه با آوای طبیعت در گروه مشاهده منظرگاه با آوای طبیعت با گروه کنترل انجام گرفت. درد هر 30 دقیقه در طی مرحله فعال کنترل و ثبت گردید و پرسشنامه اضطراب در بدو ورود و سپس هر 45 دقیقه یکبار بعد از مداخله ارزیابی و ثبت گردید. داده ها با استفاده از نرم افزار آماری SPSS و آزمون های آماری مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفت. جهت کنترل و همگون سازی عوامل موثر بر درد و اضطراب زایمان از آزمون آنالیز واریانس و آزمون دقیق فیشر استفاده گردید. که تفاوت های آماری معنی داری بین سه گروه وجود نداشت.

یافته ها: میانگین نمره درد و اضطراب در بدو ورود به مطالعه در سه گروه تفاوت آماری معنی دار نداشت، و سه گروه از این نظر نیز با هم همگون بودند. نمره درد در گروه منظرگاه با آوای طبیعت در دقیقه 60 ($p=0/01$) و در دقیقه 90 ($p=0/02$) کمتر از دو گروه دیگر بود. نمره اضطراب در بین سه گروه مطالعه تفاوت آماری معنی داری نداشت.

نتیجه گیری: یافته ها نشان داد استفاده از مداخله منظرگاه همراه با آوای طبیعت در کاهش درد در مرحله اول زایمان تاثیر دارد.

واژه های کلیدی: زایمان فیزیولوژیک، منظرگاه طبیعت، منظرگاه با آوای طبیعت، مدیریت درد و اضطراب مرحله فعال زایمان



Tehran University of Medical Sciences

School of Nursing & Midwifery

**The effect of watching nature, and nature with
nature sounds on first stage of labor pain and
anxiety in primiparous**

Under Supervision of: Simin Taavini (PH.D)

A thesis submitted to the Graduate Studies Office

In partial fulfillment of the requirements for

Leila Abdoli Najmi

June 2015

Abstract

Childbirth is the most stressful event for the women and pain is a major goal of intrapartum care. There are two general approaches for pain management: pharmacologic and non pharmacologic. Pharmacologic approaches are directed at elimination of the physical sensation of labor pain, whereas non pharmacologic approaches directed toward prevention of suffering also decreasing pain. Distraction is one of these non pharmacologic methods in which sensory stimuli are provided to patients in order to divert their attention from an unpleasant experience, since there are wide various methods of non pharmacologic for labor pain management, but there were no evidence for use of nature sights and nature sights with nature sounds as a distraction on labor pain management and reduction of anxiety.

Aim: To assess the effect of watching “nature sights with nature sounds” on pain and anxiety on first stage of active phase in primiparous.

Material & Method: This Randomized Control Trial was carried out on 90 healthy 18- 35 years old volunteer primiparous, during their active labor phase (4-8 Cm dilatation) involved the study and randomly allocated into the three groups of watching nature sights, nature sights with nature sounds by use of Television, and control group, whom received routine care.

The research tools had five main parts (demographic characteristics and medical records of participants, records of usual clinical examination, Visual Analogue Scale (0-10) and record State-Trait Anxiety Inventory).

Sevierity of Pain was assesed every 30 minutes and anxiety was evaluated at the begining of the study and then every 45 minutse after interventions. Equality of all characteristics had been checked in the beginning of study by ANOVA and Fisher Exact Test. All ethical points were considered.

Results: Average of pain scores in the Nature Sights with Nature Sounds group were significantly lower than the control group after 60 and 90 minutes intervention ($P < 0.5$). There wasn't significantly difference between three groups in anxiety scores.

Conclusion: The safe method of watching nature sight with sounds had positive effect for decreasing labor pain during 60 and 90 minutes intervention, since there was no significant effect on anxiety in fisrt stages in the intervention groups. It is suggested to use it with other Complementary and Alternative (CAM) methods for achieving better result.

Key words:

Physiologic labor, Nature Sights, Nature Sights with Sounds, Pain and anexity managemnet, Complementary and Alternative (CAM)