



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی - درمانی تهران

دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی مقایسه‌ای تاثیر موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی کلام بر
خواب بیماران بستری در بخش‌های مراقبت ویژه قلبی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد پرستاری مراقبت‌های ویژه

استاد راهنما: دکتر محمدعلی چراغی

استاد مشاور آمار: دکتر حمید حقانی

نگارش: خدیجه اکبری

تیر ماه ۱۳۹۴

چکیده

زمینه و هدف: در بیماران بستری در بخش‌های مراقبت ویژه، اختلال خواب شایع‌تر از سایر بخش‌ها می‌باشد و این در حالی است که خواب نقش مهمی در روند سلامت این بیماران دارد. مراقبت‌های غیردارویی متعددی همچون استفاده از موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی‌کلام می‌توانند در بهبود خواب بیماران موثر باشند. از این رو مطالعه حاضر با هدف مقایسه تاثیر موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی‌کلام بر خواب بیماران بستری در بخش مراقبت‌های ویژه قلبی انجام گرفته است.

روش بررسی: مطالعه حاضر کارآزمایی بالینی است. نمونه‌های مورد مطالعه ۱۴۴ بیمار دچار سندروم کرونری حاد بستری در بخش مراقبت‌های ویژه قلب بیمارستان‌های تحت نظر دانشگاه علوم پزشکی تهران بودند که از طریق نمونه گیری تصادفی ساده انتخاب و به گروه‌های آزمون (موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی‌کلام) و کنترل تقسیم شدند. کیفیت خواب در ابتدای بستری و سه روز بعد از آن و کمیت خواب در هر سه روز با استفاده از شاخص‌های کیفیت خواب پیترزبرگ و کمیت خواب sleep log در گروه‌های کنترل و آزمون اندازه گیری شد. در گروه‌های موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی‌کلام، مداخله بصورت پخش موسیقی سفید (صدای اقیانوس) و موسیقی بی‌کلام با هدفون و استفاده از گوش بند، از شب اول بستری در هر شب (به مدت سه شب) به مدت ۴۵ دقیقه در شروع خواب در فاصله تیر تا مهر ماه سال ۱۳۹۳ انجام گرفت. تجزیه و تحلیل داده‌ها با نرم افزار SPSS نسخه ۱۶ و آمار توصیفی و استنباطی (کای دو- دقیق فیشر- آنووا و شفه) انجام شد.

یافته‌ها: یافته‌ها نشان داد، از نظر میانگین تغییرات نمره کیفیت خواب قبل- بعد مداخله و کمیت خواب در سه شب بستری نتایج آزمون آنووا اختلاف آماری معناداری را بین گروه‌های موسیقی سفید، گوش بند، موسیقی بی‌کلام و کنترل نشان داد ($p=0/000$) و نتایج آزمون Scheffe نیز نشان داد بین گروه‌های موسیقی سفید و کنترل، گوش بند و کنترل، موسیقی بی‌کلام و کنترل اختلاف آماری معنادار است ($P=0/000$) اما در گروه‌های موسیقی سفید و گوش بند، موسیقی سفید و موسیقی بی‌کلام، موسیقی بی‌کلام و گوش بند معنادار نیست.

نتیجه گیری: روش‌های موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی‌کلام می‌توانند در بهبود کیفیت و کمیت خواب بیماران موثر باشند. بنابراین پرستاران می‌توانند از روش‌های غیردارویی نظیر موسیقی سفید، گوش بند و موسیقی بی‌کلام در مراقبت‌های روزانه خود جهت بهبود خواب بیماران استفاده نمایند.

واژه‌های کلیدی: موسیقی سفید، گوش بند، موسیقی بی‌کلام، خواب، سندروم کرونری حاد، واحد مراقبت کرونری



Tehran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

A Comparative Study of the Effects of White Noise, Earplug and Instrumental Music on the Sleep of Patients Hospitalized in the Coronary Care Unit

Under Supervision of:

Dr. Mohammad Ali Cheraghi

Dr. Hamid Haghani

By: KHadijeh Akbari

A thesis submitted to the Graduate Studies Office in partial fulfillment of the requirements for the Degree of Master of Science in critical care Nursing

JUN 2015

Abstract

Background and Aims: Sleep disorder is more common among patients hospitalized in intensive care units than those in other units, and this is despite the fact that sleep plays an important role in these patients' health. Numerous non-pharmacological cares such as listening to white noise, instrumental music and using earplugs can be effective in the improvement of patients' sleep. Thus, the present study was carried out with the aim of comparing the effect of white noise and that of earplugs and that of instrumental music on the sleep of patients hospitalized in the coronary care unit.

Method: The present study is a clinical trial. The samples consisted of 144 acute coronary syndrome patients hospitalized in the intensive care units of hospitals affiliated with Tehran University of Medical Sciences who were selected using the simple random sampling method and divided into the experimental groups (white noise, earplugs and instrumental music) and the control group. The quality of sleep was measured at the beginning of hospitalization and three days after it, and the quantity of sleep was measured on all the three days using the Pittsburgh sleep quality index and the sleep log quantity indices in the control and experimental groups. In the white noise, the instrumental music and the earplugs groups, the intervention was done in the form of playing white noise and instrumental music in headphones and using earplugs since the first night of hospitalization for a three-night time span (45 minutes a night) in the beginning of the patients' sleep, from July 2014 to October 2014. Data analysis was done using the SPSS software, version 16. Descriptive and inferential statistics (chi-square, fisher's exact test, ANOVA, and Scheffe) were also done.

Findings: The findings demonstrated that the mean change in the sleep quality score before- after intervention, sleep quantity at the three nights of hospitalization, and the results of the ANOVA test showed a statistically significant difference among the white noise, instrumental music, earplugs, and control groups ($p=0.000$). The results of the Scheffe test demonstrated that the statistical difference between the white noise and control groups, the earplugs and control groups, and the instrumental music and control groups is significant ($p=0.000$), but it is not significant in the white noise and the earplugs groups, the white noise and the instrumental music, and the earplugs and instrumental music groups.

Conclusion: The white noise method, the earplugs method and the instrumental music method can be effective in improving patients' sleep quality and quantity. Therefore, nurses can benefit from non-pharmacological methods such as white noise, earplugs and instrumental music in their daily care to improve their patients' sleep.

Keywords: white noise, Earplugs, Instrumental music, Sleep, Acute coronary syndrome, Coronary care unit