



دانشگاه علوم پزشکی تهران

دانشکده پرستاری و مامایی

مقایسه تاثیر ماساژ درمانی و رایحه درمانی توام با ماساژ توسط ماما و خود فرد بر
نشانه‌های یائسگی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد مامایی گرایش آموزش مامایی

استاد راهنما : سیمین تعاونی

استاد مشاور : دکتر سودابه جولایی

استاد مشاور آمار : حمید حقانی

دانشجو: فاطمه درساره

بهمن ۱۳۹۰

چکیده

زمینه: زنان در دوران یائسگی از نظر جسمانی و روانی دچار تغییرات زیادی می شوند که ممکن است تاثیر منفی بر کیفیت زندگی آن ها داشته باشد. لذا اداره این مرحله از زندگی اهمیت بسزایی دارد. استفاده از درمان های مکمل به منظور کاهش نشانه های یائسگی رو به افزایش است. این پژوهش با هدف بررسی تاثیر و مقایسه ماساژ درمانی و رایحه درمانی توام با ماساژ توسط ماما و خود فرد بر نشانه های یائسگی، انجام شد.

روش پژوهش: این پژوهش از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی با گروه کنترل بود. نمونه های مورد پژوهش ۱۵۰ زن یائسه مراجعه کننده به کلینیک یائسگی بودند که به طور تصادفی در ۵ گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. ابزار گردآوری داده ها پرسشنامه مشخصات دموگرافیک و معیار سنجش یائسگی بود که پیش از شروع مداخله و پس از پایان مداخله برای هر نمونه توسط کمک پژوهشگر تکمیل شد. مداخله شامل ۸ جلسه ماساژ شکم، ران و بازو با روغن ساده، در گروه ماساژ درمانی و ۸ جلسه ماساژ با ترکیبی از روغن های معطر در گروه رایحه درمانی توام با ماساژ بود که با توجه به گروه مداخله، توسط ماما یا خود فرد انجام شد.

یافته ها: مشخصات دموگرافیک و نشانه های یائسگی پیش از مداخله در گروه های پژوهش تفاوت آماری نداشت. پس از مداخله، نمره نشانه های روانی و جسمانی یائسگی در گروه رایحه درمانی توام با ماساژ توسط ماما و خود فرد و همچنین گروه ماساژ درمانی توسط ماما و خود فرد کاهش معنی داری داشت ($p < 0/001$)، در حالی که نمره نشانه های ادراری تناسلی پس از مداخله در هیچ یک از گروه ها تفاوت آماری معنی داری نداشت. آزمون های آماری نشان داد که تاثیر رایحه درمانی توام با ماساژ در کاهش نشانه های یائسگی بیش از ماساژ درمانی بود ($p < 0/001$). در مقایسه تاثیر انجام این مداخلات توسط ماما یا خود فرد مشاهده شد که نمره نشانه های یائسگی پس از مداخله گروه هایی که مداخلات توسط ماما انجام شده در مقایسه با خود فرد کاهش بیشتری داشته است ($p < 0/01$).

نتیجه گیری: در این پژوهش تاثیر ماساژ درمانی توسط ماما و خود فرد و همچنین رایحه درمانی توام با ماساژ توسط ماما و خود فرد در کاهش نشانه های جسمانی و روانی یائسگی مشهود بود در حالیکه هیچ یک از مداخلات بر نشانه های ادراری تناسلی تاثیری نداشت. نتایج پژوهش نشان داد که تاثیر رایحه درمانی توام با ماساژ بیش از ماساژ بوده و همچنین تاثیر انجام این مداخلات توسط ماما بیشتر از انجام آن توسط خود فرد است. به همین منظور این مداخلات می تواند توسط ماماها در مراکز درمانی و مراقبتی انجام شود یا به زنان یائسه آموزش داده شود.

کلیدواژه ها: ماساژ درمانی، رایحه درمانی توام با ماساژ، نشانه های یائسگی.



Tehran University of Medical Sciences

Faculty of Nursing and Midwifery

**Comparison of the effect of Aromatherapy massage &
Massage therapy done by midwife & study subjects on
menopausal symptoms**

**A thesis submitted in partial fulfillment of the
requirements for the Degree of Master of Midwifery**

By: Fatemeh Darsareh

Supervisor: Simin Taavoni

Co _ Supervisor: Soodabeh Joolayee

Feb 2012

Abstract

Comparison of the effect of Aromatherapy massages & Massage therapy done by midwife & study subjects on postmenopausal symptoms

Back ground: women have gone through many changes both physically and mentally during menopause, which may have negative impact on their quality of life. Therefore finding methods to manage this period of life is important. Many women are interested to use complementary and alternative medicines for relief from their menopausal complications. The purpose of this study was to compare the effects of aromatherapy massage and massage therapy done by midwife and study subjects on menopausal symptoms.

Method: This randomized controlled trial study was carried out on 150 menopausal women who attended to menopausal clinic. They were randomly divided in 5 groups as intervention groups and control. Each subject in the aromatherapy massage group received eight aromatherapy massage sessions, twice a week with aroma oil, in the area of lower abdomen, femur and arms, which has been done by midwife or the study subjects. Subjects in massage group also received the same treatment with plane oil, and no treatment was provided to subjects in the control group. The outcome measures in this study were menopausal symptoms, as obtained through the Menopause Rating Scale. The socio-demographic data were assessed by questionnaire.

Results: There was no significant difference in demographic and the menopausal symptoms before intervention between groups. A statistically significant difference was found between the participants' pre-application and post-application psychological and somatic scores in intervention groups ($p < 0.001$), whereas the urogenital scores in all groups did not differed significantly. Comparison of the effect of massage therapy and aromatherapy massage showed that the menopausal score after aromatherapy massage was lower than massage therapy ($p < 0.001$). When the effect of midwife and study subject was compared, the participants' score of the interventions that has been applied by midwife were found to be significantly lower than the study subjects ($p < 0.01$).

Conclusion: This study showed that all interventions were effective in reducing psychological and somatic symptoms and had no effect on urogenital symptoms. In addition, the effect of interventions applied by midwife was higher than study subjects. Therefore midwives can learn it and teach it to menopausal women in order to manage the menopausal symptoms.

Key words: Aromatherapy massage, Massage therapy, Menopausal symptoms.