



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

"پایان نامه برای دریافت درجه کارشناسی ارشد"

**عنوان:**

**بررسی تاثیر موسیقی بر کیفیت خواب بیماران مبتلا به نارسایی قلب**

**نگارنده:**

**ناهید حسینی**

**استاد راهنما:**

**دکتر معصومه ذاکری مقدم**

**اساتید مشاور:**

**دکتر خاطره سیلانی**

**دکتر مهرداد فخرالدینی**

**مشاور آمار:**

**دکتر حمید حقانی**

**سال ۱۳۹۷**

### عنوان: بررسی تاثیر موسیقی بر کیفیت خواب بیماران مبتلا به نارسایی قلب

**مقدمه و هدف:** بیماران مبتلا به نارسایی قلب، به دلیل ماهیت بیماری و عوارض ناشی از آن، کیفیت خواب پایینی را تجربه می نمایند. مطالعات متعدد تاثیر مثبت موسیقی را بر کیفیت خواب برخی از انواع بیماریهای قلبی نشان داده است، اما تاثیر آن بر کیفیت خواب بیماران مبتلا به نارسایی قلب بررسی نشده است. هدف از این مطالعه، بررسی تاثیر موسیقی بر کیفیت خواب بیماران مبتلا به نارسایی قلب می باشد.

**روش بررسی:** پژوهش حاضر یک کارآزمایی بالینی تصادفی شده با دو گروه کنترل و مداخله بود که بر روی ۷۶ بیمار مبتلا به نارسایی قلب بستری در بخش قلب بیمارستان منتخب تامین اجتماعی در سال ۹۷ انجام شد. نمونه گیری اولیه بیماران، بصورت در دسترس انجام شد سپس نمونه ها در صورت اخذ نمره کیفیت خواب مساوی یا بیشتر از ۵، از پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبرگ، و داشتن سایر معیارهای ورود و پس از اخذ رضایت نامه شرکت در مطالعه، با تخصیص تصادفی بلوکی ۴ تایی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. پرسشنامه های دموگرافیک و بیماری در هر دو گروه تکمیل شد. برای گروه مداخله، مجموعه موسیقی طبیعت در طول ۳ شب و هر شب به مدت ۳۰ دقیقه از طریق هدفون پخش شد. در گروه کنترل مداخله ای انجام نشد. در پایان ۳ شب، مجددا پرسشنامه کیفیت خواب پیتزبرگ در دو گروه تکمیل شد. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون های آماری کای دو، دقیق فیشر، تی مستقل و تی زوجی در نرم افزار آماری SPSS نسخه ۱۶ استفاده شد.

**یافته ها:** نتایج مطالعه نشان داد از نظر متغیرهای دموگرافیک و بیماری، اختلاف آماری معناداری بین دو گروه مداخله و کنترل وجود نداشت. قبل از مداخله، نمره ی کیفیت خواب در هر دو گروه مساوی یا بیشتر از ۵ و به معنای کیفیت پایین خواب بود. با وجود همگن بودن دو گروه از نظر کیفیت خواب ( $P\text{value}=0/64$  و  $df=74$ )، قبل از مداخله، در زیر مقیاسهای حیطة های کیفیت ذهنی ( $p=0/039$ )، طول مدت خواب ( $p=0/017$ ) و اختلالات عملکردی روزانه ( $p=0/046$ ) بین دو گروه تفاوت آماری معنی دار وجود داشت بطوریکه گروه مداخله از نظر کیفیت ذهنی خواب و اختلالات عملکردی روزانه و گروه کنترل از نظر طول مدت خواب، از وضعیت نامطلوب تری برخوردار بود. به همین دلیل بعد از مداخله برای حذف اثر این تفاوت از آنالیز کوواریانس برای مقایسه کیفیت خواب در این حیطة ها استفاده شد. نتایج نشان داد پس از مداخله هم از نظر میانگین نمره ی کلی کیفیت خواب دو گروه همچنان اختلاف معنی دار آماری نداشتند ( $p\text{-value}=0/206$ )، با اینحال کیفیت ذهنی خواب ( $p=0/007$ ) و اختلالات عملکردی روزانه ( $p=0/025$ ) بعد از مداخله در گروه مداخله بهبود چشمگیری یافته و از نظر آماری با گروه کنترل تفاوت معنی دار داشت. آزمون تی زوجی نشان داد که کیفیت خواب در گروه مداخله قبل و بعد از مداخله، اختلاف معنی دار آماری داشته و نمره کیفیت خواب بعد از مداخله کاهش داشته یعنی کیفیت خواب بهبود یافته است ( $p<0/001$  و  $df=37$ ). در گروه کنترل نیز کیفیت خواب در شروع و پایان مطالعه، اختلاف معنی دار آماری داشته و نمره کیفیت خواب در پایان مطالعه کاهش داشت. یعنی کیفیت خواب بهبود یافته بود ( $df=37$  و  $p=0/013$ ). نتایج آزمون تی زوجی نشان داد که در گروه مداخله کیفیت خواب در حیطة های کیفیت ذهنی خواب ( $p<0/001$ )، تأخیر در به خواب رفتن ( $p=0/01$ )، اختلالات خواب ( $p<0/001$ )، استفاده از داروهای خواب آور ( $p<0/001$ ) و اختلالات عملکردی روزانه ( $p=0/002$ ) قبل و بعد از مداخله تفاوت معنی دار آماری داشته و بعد از مداخله به طور معنی داری کاهش بهبود یافته است. در پایان مطالعه در گروه کنترل نیز اختلالات خواب ( $p=0/003$ ) و استفاده از داروهای خواب آور ( $p<0/001$ ) به طور معنی داری کاهش یافته بود.

نتیجه گیری: نتایج این مطالعه نشان داد که گوش کردن به موسیقی در کیفیت حیطة های خواب تاثیر مثبت داشته است.

کلید واژه ها: موسیقی، کیفیت خواب، نارسایی قلب



**Tehran University of Medical Sciences**

**Nursing and Midwifery School**

**Title:**  
**Effect of Music on the Quality of Sleep in Patients  
with Heart Failure**

**"A thesis submitted as partial fulfillment of the requirement for Master of Science  
(MSc) Degree"**

**In**

**Intensive Care Nursing**

**By**

**Nahid Hosseini**

**Supervisor**

**Dr. masoumeh Zakerimoghadam**

**Advisor**

**Dr.khatereh Seilani**

**Dr. mehrad Fakhreddini**

**Statics consultant**

**Dr. Hamid Haghani**

**2019**

## **Abstract**

### **Title: Effect of Music on the Quality of Sleep in Patients with Heart Failure**

**Introduction & Objective:** Patients with heart failure experience low sleep quality due to the nature of their disease and its complications. Several studies have shown positive effects of music on the quality of sleep in patients with some types of heart disease, but its impact on sleep quality of patients with heart failure has not been studied. The purpose of this study was to investigate the effect of music on the quality of sleep in patients with heart failure.

**Methods:** The present study is a randomized clinical trial with two groups of control and intervention, which was conducted in 2018 on 76 patients with heart failure hospitalized in the cardiac ward of selected social welfare hospitals. The initial sampling of patients was done by convenience method. Then, patients with the score of equal to or greater than 5 in the Pittsburgh's sleep quality questionnaire and entry criteria were randomly (random blocks of four) allocated in the two groups of intervention and control after giving consent to participate in the study. The demographic and disease questionnaires were completed by the both groups. For the intervention group, a collection of nature music was broadcast for 30 minutes per night through headphones during 3 nights. No intervention was carried out in the control group. At the end of 3 nights, Pittsburgh's sleep quality questionnaire was completed again by the two groups. Chi-square, Fisher exact test, T-test and Paired t-test were used to analyze the data in SPSS software version 16.

**Results:** Results of the study showed no statistically significant difference between the intervention and control groups in terms of demographic and disease variables. Before the intervention, the score of sleep quality in both groups was equal to or greater than 5, which indicated low sleep quality. Despite the homogeneity of the two groups in terms of sleep quality ( $P$  value = 0.64 and  $df = 74$ ) before the intervention, a statistically significant difference was found between the two groups in terms of the sub-scales of subjective quality of sleep ( $p = 0.039$ ), sleep duration ( $p = 0.017$ ), and disorders of daily functioning ( $p = 0.046$ ). In other words, the intervention group was in better shape in relation to subjective quality of sleep and disorders of daily functioning, and the control group had a worse condition in regard to the duration of sleep. Therefore, to remove the effect of this difference, covariance analysis was used after the intervention to compare the quality of sleep in these areas. The results showed that after the intervention, there was still no significant difference between the two groups in terms of the mean score of overall sleep quality ( $p$ -value=0.206). However, the sleep quality ( $p = 0.007$ ) and disorders of daily functioning ( $p = 0.025$ ) were significantly improved in the intervention group after the intervention and were significantly different from the control group ( $P < 0.001$ ). Results of paired t-test showed that quality of sleep in the intervention group before and after the intervention was significantly different, and the score of sleep quality decreased after the intervention, which indicated an improvement in the sleep quality ( $p < 0.001$ ,  $df = 37$ ). In the control group also there was a statistically significant difference in the sleep quality before and after the study, and the score

of sleep quality had decreased at the end of the study, showing that the quality of sleep was improved ( $p = 0.013$ ,  $df = 37$ ). Results of paired t-test showed that in the intervention group, sleep quality in the domains of subjective quality of sleep ( $p < 0.001$ ), delayed sleep ( $P = 0.001$ ), sleep disorders ( $p < 0.001$ ), use of sleeping pills ( $p < 0.001$ ) and disorders of daily functioning ( $p = 0.002$ ) before and after the intervention were significantly different and had significantly decreased after the intervention. At the end of the study, sleep disorders ( $p = 0.003$ ) and the use of sleeping pills ( $p < 0.001$ ) had significantly decreased in the control group.

**Conclusion:** Results of this study showed that listening to music had a positive effect on the quality of sleep of patients with heart failure.

**Key word:** music, heart failure, sleep quality