



دانشگاه علوم پزشکی تهران
دانشکده پرستاری و مامایی

مقایسه تاثیر استنشاق رایحه و ماساژ اسانس بر خستگی و کیفیت زندگی بیماران تحت همودیالیز

استاد راهنما: دکتر شکوه ورعی

استاد مشاور: دکتر سیده نرگس ساداتی

استاد مشاور آمار: دکتر میرسعید یکانی نژاد

پایان نامه جهت اخذ درجه ی کارشناسی ارشد در

رشته پرستاری گرایش داخلی - جراحی

نگارش: زهرا جلالیان

بهار ۱۳۹۴

چکیده

مقدمه: خستگی صرفنظر از عوامل ایجاد کننده آن میتواند تأثیرات منفی خود را بر عملکرد فرد بگذارد. این تاثیر گذاری می تواند همراه با کاهش کیفیت زندگی و مرگ زودرس در بیماران تحت همودیالیز باشد خستگی یکی از عمده ترین دلایل کاهش کیفیت زندگی در آنان محسوب می شود. این مطالعه با هدف تعیین تاثیر استنشاق رایحه و ماساژ اسانس (اسطوخودوس و پرتقال شیرین) بر خستگی و کیفیت زندگی بیماران تحت همودیالیز طراحی و اجرا شد.

روش ها: این مطالعه یک کارآزمایی بالینی با گروه کنترل بود. نمونه ها شامل ۹۶ بیمار تحت همودیالیز در بیمارستان های دانشگاه علوم پزشکی تهران بود که به روش تصادفی ساده به سه گروه، کنترل و گروه های تحت مداخله استنشاق رایحه و ماساژ اسانس اسطوخودوس و پرتقال شیرین به نسبت ۱:۱، ۳ بار در هفته به مدت ۸ هفته تخصیص یافتند. ابزار جمع آوری داده ها پرسشنامه اطلاعات جمعیت شناختی، مقیاس خستگی RHoten و کیفیت زندگی بیماران کلیوی KDQOL-SF1/3 بود. تجزیه و تحلیل داده ها با نرم افزار SPSS نسخه ۱۸ و با استفاده از آمار توصیفی و تحلیلی انجام شد .

یافته ها: نتایج نشان داد که بین گروه کنترل و دو گروه مداخله قبل از مداخله از نظر شدت خستگی تفاوت آماری معنی داری وجود ندارد ($P=0.54$) اما بعد از ۸ هفته مداخله از نظر شدت خستگی بین گروه کنترل و دو گروه مداخله تفاوت آماری معنی داری وجود دارد. ($P<0.001$) میانگین شدت خستگی گروه ماساژ اسانس نسبت به گروه استنشاق رایحه، کاهش بیشتری داشت و مقایسه ی شدت خستگی ۱۶ هفته بعد از مداخله در گروه کنترل و دو گروه مداخله نشان داد که خستگی در گروه کنترل افزایش یافته در صورتی که در دو گروه مداخله نسبت به گروه کنترل کمتر شده است. همچنین تغییرات در ابعاد عمومی و اختصاصی کیفیت زندگی نشان دهنده آن بود که در بازه های زمانی مختلف بین سه گروه تفاوت آماری وجود دارد ($p<0.001, P\leq 0.05$). به طوری که کیفیت زندگی در گروه ماساژ اسانس نسبت به گروه استنشاق رایحه بهتر شده بود ولی گروه کنترل از کیفیت زندگی مطلوبی برخوردار نبود.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج این مطالعه استنشاق رایحه و ماساژ اسانس اسطوخودوس و پرتقال شیرین اثرات مثبتی بر روی کاهش شدت خستگی و ارتقا، بهبود ابعاد عمومی و اختصاصی کیفیت زندگی بیماران همودیالیزی دارد لذا از این روشها می تواند به عنوان رویکردی کم هزینه و غیر تهاجمی جهت کاهش شدت خستگی و بهبود کیفیت زندگی بیماران استفاده کرد.

واژگان کلیدی: خستگی، کیفیت زندگی، استنشاق رایحه، ماساژ اسانس



Tehran University Of Medical Sciences
School of Nursing and Midwifery

**Comparison the effect of aroma Inhalation and
massage on fatigue and quality of life in
hemodialysis patients**

Under Supervision Of:

Dr Shokouh Varaei

A Thesis submitted to the Graduate Studies Offices
In partial fulfillment of the requirements for
The degree of Master in Medical Surgical in Nursing

By: Zahra Jalalian

Jun 2015

Abstract

Introduction: Fatigue, regardless of the causes, could leave a negative impact on individual performance. This effect may be associated with reduced quality of life and early death in patients undergoing hemodialysis. Fatigue is considered as one of the main reasons for their reduced quality of life. This study was designed and implemented to determine the effects of aroma inhalation and essential oil massaging (lavender and sweet orange) on fatigue and quality of life in patients undergoing hemodialysis.

Methods: This was a controlled clinical trial. The samples consisted of 96 hemodialysis patients in hospitals of Tehran University of Medical Sciences, which were divided into three groups using simple random sampling. The three groups included one control group and two intervention groups of aroma inhalation and essential oil massaging lavender and sweet orange 1:1 ratio, 3 times a week for 8 weeks. To collect the data, demographic information questionnaire, Rhoten Fatigue Scale (RFS) and Kidney Disease Quality of Life Short Form (KDQOL-SF™, version 1.3) were used. The data were analyzed by descriptive and analytical statistics using SPSS version 18.

Results: The results showed that there was no statistically significant difference between the control group and the intervention groups regarding the severity of fatigue before the intervention ($P = 0.54$). However, there was a statistically significant difference after the intervention regarding the fatigue severity ($P < 0.001$). The average fatigue severity in essential oils massage group had a greater reduction comparing to aroma inhalation group. Comparison of fatigue severity two months after the intervention between the control group and the two intervention groups showed that fatigue increased in the control group whereas compared to the control group, it was lower in the intervention groups. Moreover, changes in the general and specific aspects of quality of life showed that there were statistically significant differences between the three groups at various time intervals ($p < 0.001$, $P \leq 0.05$). The quality of life was improved in the essential oil massage group comparing to the aroma inhalation group. However, quality of life was not satisfactory in the control group.

Conclusion: According to the results, aroma inhalation and massaging essential oil of lavender and sweet orange have positive effects on reducing fatigue severity and improving general and specific aspects of quality of life in hemodialysis patients. Therefore, these methods can be used as low-cost and non-invasive approaches to decrease fatigue severity and improve quality of life in patients.

Keywords: fatigue, quality of life, aroma inhalation, essential oil massage