



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی تهران

دانشکده پرستاری و مامایی

بررسی تاثیر برنامه ترخیص مبتنی بر تئوری خود تعیین کنندگی بر سبک زندگی
بیماران مبتلا به حمله ایسکمیک گذرا

استاد راهنما: دکتر شهرزاد غیاثوندیان

استاد مشاور: دکتر معصومه ذاکری مقدم

استاد مشاور: دکتر انوشیروان کاظم نژاد

نگارنده:

طاهره سربوزی حسین آبادی

پایان نامه جهت اخذ درجه کارشناسی ارشد آموزش پرستاری گرایش داخلی - جراحی

آذر ۱۳۹۴

چکیده

بررسی تاثیر برنامه ترخیص مبتنی بر تئوری خود تعیین کنندگی بر سبک زندگی بیماران مبتلا به حمله ایسکمیک

گذرا

مقدمه و هدف: سبک زندگی و رفتارهای انسان علت بسیاری از بیماری های مزمن از جمله سکته مغزی شناخته شده است. یکی از استراتژی هایی که منجر به بهبود این بیماران می شود؛ رویکرد دقیق به حملات ایسکمیک زودگذر است. اساس درمان درحمله ایسکمیک زودگذر مبتنی بر درمان دارویی و تغییر سبک زندگی است، به طوری که تغییر در سبک زندگی و اصلاح عوامل خطر منجر به کاهش عود مجدد سکته می گردد. تغییر شیوه زندگی مستلزم پیگیری مراقبت و آموزش توسط تیم بهداشتی به خصوص پرستاران است. مراقبت مؤثر زمانی میسر است که رابطه پرستار و بیمار تداوم داشته باشد و بیماران با انگیزه ی درونی خود در راستای تغییر رفتار گام بردارند. بنابراین با آموزش مبتنی بر تئوری های انگیزه دهی از جمله تئوری خودتعیین کنندگی و پیگیری مداوم می توان منجر به بهبود سبک زندگی این بیماران شد. لذا پژوهش حاضر با هدف تعیین تاثیر برنامه ترخیص مبتنی بر تئوری خود تعیین کنندگی بر سبک زندگی بیماران مبتلا به حمله ایسکمیک گذرا انجام شده است.

روش کار: این کارآزمایی بالینی بر ۶۰ بیمار مبتلا به حمله ایسکمیک زودگذر مراجعه کننده به بیمارستان های منتخب شهر تهران انجام شد. بیمارانی که مشخصات ورود به مطالعه را داشتند به روش هدفمند انتخاب و به صورت تصادفی به دو گروه کنترل و مداخله وارد شدند. برنامه ترخیص مبتنی بر تئوری خودتعیین کنندگی در گروه مداخله اجرا شد. این برنامه شامل ملاقات با بیمار و خانواده در بیمارستان سپس مشاوره تلفنی طی ۱۲ هفته بعد از ترخیص از بیمارستان بود؛ گروه کنترل تنها مراقبت های روتین بیمارستان را دریافت کردند. ابزار گردآوری داده ها شامل پرسشنامه مشخصات جمعیت شناختی و پرسشنامه سبک زندگی ارتقادهنده ی سلامت ورژن ۲ بود. داده های جمع آوری شده با استفاده از نرم افزار SPSS ورژن ۱۶ تجزیه و تحلیل شد.

نتایج: نتایج پژوهش نشان داد که گروه مداخله بعد از اجرای برنامه ترخیص بهبودی قابل توجهی در سبک زندگی ($P<0.0001$) و هر یک از ابعاد تغذیه ($P<0.0001$)، فعالیت فیزیکی ($P<0.0001$)، مدیریت استرس ($P<0.0001$)، روابط بین فردی ($P<0.0001$)، رشد معنوی ($P<0.0001$) و مسئولیت پذیری در مورد سلامت ($P<0.0001$) داشتند همچنین تعداد حملات مجدد TIA بعد از ترخیص در گروه مداخله کاهش یافت ($P<0.0001$). اما در گروه کنترل قبل و بعد از مداخله تفاوتی بین سبک زندگی، هریک از ابعاد آن و همچنین تعداد حملات TIA بعد از ترخیص مشاهده نشد ($P>0.05$).

بحث و نتیجه گیری: یافته ها نشان داد ایجاد و حفظ انگیزه عامل تغییر رفتار و در نتیجه اصلاح سبک زندگی است. بنابراین می توان طراحی و اجرای برنامه ترخیص مبتنی بر تئوری خود تعیین کنندگی را به عنوان یک روش موثر جهت ایجاد و حفظ رفتارهای ارتقادهنده ی سلامت معرفی کرد و آن را در برنامه اجرایی مراقبت های پرستاری گنجانند تا پرستاران با پیگیری مداوم بیماران بعد از ترخیص و تقویت انگیزه درونی آنان برای تغییر نگرش و رفتار شان منجر به اصلاح سبک زندگی در نتیجه کاهش عود سکته مغزی و کاهش بار ناتوانی به جا مانده از آن شوند.

واژه های کلیدی: سبک زندگی، برنامه ترخیص، تئوری خودتعیین کنندگی، حمله ایسکمیک زودگذر

Abstract

Impact of discharge planning according to Self- Determination Theory on lifestyle among patients with transient ischemic attack

Introduction and Objectives: Lifestyle and human behavior are known as the cause of many chronic diseases, including stroke. One of the strategies that can lead to these patients recovery is precise look to transient ischemic attacks (TIA). TIA treatment based on medical treatment and lifestyle changes, so that changes in lifestyle and risk factor modification leads to a reduction in recurrent stroke. Change in lifestyle requires following of care and health team training specially the nurses and effective care can be achieved due to the consistent relationship between patients and nurse and also patients' intrinsic motivation. So the motivating-based theories learning including the self-determination theory (SDT) and continuous follow-up of these patients can lead to improved lifestyle. This study aimed to determine the impact of discharge planning according to Self-Determination Theory on lifestyle among patients with Transient ischemic attack.

Method: This clinical trial was carried out on 60 patients with transient ischemic attack which has been attended to the chosen hospital in Tehran. Patients who met specific inclusion method selected based on the purposeful method and randomly divided to the intervention and control groups. Discharge planning According to Self- Determination Theory was implemented in the intervention group. This program contained meeting with the patient and family in the hospital, then telephone consultation within 12 weeks after discharge from the hospital; the control group received only routine hospital care. Data collection tools include Demographic characteristics questionnaire and Health-promoting lifestyle profile (HPLPII). The data collected were analyzed using SPSS 16 software.

Results: The results showed that the intervention group had significant improvements in lifestyle after discharge planning ($P < 0.0001$) and each of the dimensions of nutrition ($P < 0.0001$), physical activity ($P < 0.0001$), stress management ($P < 0.0001$), interpersonal relationship ($P < 0.0001$), spiritual growth ($P < 0.0001$) and health responsibility ($P < 0.0001$), also re-TIA attacks after discharge was reduced in the intervention group ($P < 0.0001$). But in the control group before and after intervention, no change in life style, dimensions, and also the number of TIA attacks was found after discharge ($P > 0.05$).

Conclusion: The findings showed that motivation is the cause of behavior and lifestyle change and modification. So we introduce the design and implementation of discharge planning based on the Self- Determination Theory as an effective way to create and maintain health promoting behaviors and put it in nursing care executive plan so as to nurses can cause reduction of recurrent stroke and its resulted disabilities by consistence patients following after discharge and enhancing their incentive for changing their attitude and behaviors.

Keywords: Lifestyle; Patient Discharge; Patient Self- Determination Act; ischemic attack, Transient



Tehran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

**Impact of discharge planning according to self -
Determination Theory on lifestyle among patients with
transient ischemic attack**

Under Supervision of:

Shahrzad Ghiyasvandian

By: Tahere Sarbooz Hossain Abadi

**A thesis submitted to the Graduate Studies Office In partial fulfillment of the requirements
for the degree of Master of Science in Medical Surgical Nursing**

December 2015