



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

عنوان:

بررسی تأثیر رفلکسولوژی مسیر سنگ ریزه بر سطح اضطراب دانشجویان دختر
پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران

پایان نامه جهت دریافت درجه ی کارشناسی ارشد
در رشته ی مامایی (گرایش آموزش)

نگارنده:

لیلا ذاکری راد

استاد راهنما:

سرکار خانم دکتر زیبا تقی زاده

استاد مشاور آمار:

جناب آقای دکتر انوشیروان کاظم نژاد

سال ۱۳۹۶

چکیده:

عنوان: تاثیر رفلکسولوژی مسیر سنگ ریزه بر سطح اضطراب دانشجویان دختر پرستاری و مامایی

زمینه و هدف: امروزه اضطراب از مشکلات شایع جامعه بشری می باشد که فراوانی آن در بین دانشجویان بیشتر از سایر اقشار است رفلکسولوژی مسیر سنگ ریزه روش درمانی جدیدی است که به دلیل سهولت انجام و عدم نیاز به گذراندن دوره ی آموزشی و شخص متبحر در این زمینه مورد استقبال قرار گرفته است. با عنایت بر نقش ماما این مطالعه با هدف تعیین تاثیر رفلکسولوژی سنگ ریزه بر سطح اضطراب دانشجویان دختر پرستاری و مامایی انجام گرفته است.

روش بررسی: در این کارآزمایی بالینی بدون کورسازی که بر روی ۱۱۴ نفر از دانشجویان دختر مامایی و پرستاری دانشگاه علوم پزشکی تهران که واجد شرایط ورود به مطالعه بودند، انجام شد. نمونه ها به صورت تخصیص تصادفی بلوکی در سه گروه ۳۸ نفری مداخله، پلاسبو و کنترل قرار گرفتند. گروه مداخله بر روی مسیر رفلکسولوژی سنگ ریزه و گروه پلاسبو بر روی سطح صاف به مدت ۲۰ دقیقه طی سه روز متوالی راهپیمایی کردند. در گروه کنترل مداخله ای انجام نشد. پرسشنامه اضطراب آشکار و پنهان اشیپیل برگر توسط هر سه گروه قبل از مداخله و ۲۴ ساعت بعد از اتمام مداخله تکمیل شد. داده ها توسط نرم افزار SPSS v.16 تجزیه و تحلیل شد.

یافته ها: مشخصات دموگرافیک و سطح اضطراب قبل از مداخله در هر سه گروه یکسان بود. بعد از مداخله سطح اضطراب آشکار در دو گروه مداخله و پلاسبو ($P < 0,001$) و سطح اضطراب پنهان در گروه مداخله در مقایسه با گروه های پلاسبو و کنترل ($P < 0,001$) به طور قابل توجهی کاهش یافت.

نتیجه گیری: با توجه به نتایج رفلکسولوژی مسیر سنگ ریزه می تواند به عنوان یک مداخله بدون نیاز به کمک شخص متبحر و مقرون به صرفه، جهت کاهش اضطراب دانشجویان به کار گرفته شود.

واژه های کلیدی: رفلکسولوژی سنگ ریزه ، اضطراب، دانشجویان، پرستاری، مامایی



Tehran University of Medical Sciences

School of Nursing and Midwifery

Title:
**The effect of reflexology pathway on Midwifery and Nursing
students' anxiety of TUMS**

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

In Midwifery

By:
Leila Zakeri Rad

Supervisor:
Dr. Ziba Taghizadeh

Statistical Consultant:
Dr. Anoshirvan Kazemnejad

Year: 2017

Abstract

The effect of reflexology pathway on students' anxiety

Background: Today, the frequency of anxiety among students is higher in comparison to other people. Reflexology pathway is a new therapeutic approach that needs no special educational course. The purpose of this study was to determine the effect of reflexology pathway on the anxiety level of nursing and midwifery students.

Method: This non-blind clinical trial was conducted using 114 female midwifery and nursing students from Tehran University of Medical Sciences who were eligible for this study. The samples were randomly assigned to three groups: intervention, placebo and control (n = 38). The intervention and placebo groups respectively walked on the reflexology pathway and a flat surface for 20 minutes in three consecutive days. There was no intervention in the control group. Spielberger's state-trait anxiety inventory was completed by the three groups before and 24 hour after the intervention. Data were analyzed using SPSS version.16 software.

Results: Demographic characteristics and anxiety levels were the same in all the groups before intervention. After the intervention, the level of state anxiety in the intervention and placebo groups significantly decreased ($p < 0.001$). The level of trait anxiety in the intervention group significantly decreased as compared to the placebo and control groups ($p < 0.001$), But there was no significant statistical difference between placebo and control groups ($p = 0.621$).

Conclusion: According to the results, reflexology pathway can be used as a convenience intervention to reduce the anxiety of students without needing special education.

Keywords: Reflexology pathway; Anxiety; Students; Nursing; Midwifery