

دانشگاه علوم پزشکی تبریز

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه جهت دریافت درجه کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی

عنوان:

تاثیر مشاوره با رویکرد شناخت درمانی بک بر اضطراب و ترس از زایمان در زنان

نخست‌زا: یک کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل شده

پژوهش و نگارش:

نسربین تاتا

اساتید راهنما:

دکتر مژگان میرغفوروند

دکتر خلیل اسماعیل پور

اساتید مشاور:

دکتر مه‌ریار ندرمحمدی

فهیمة صحتی

## چکیده: تاثیر مشاوره با رویکرد شناخت درمانی بک بر اضطراب و ترس از زایمان در زنان نخست‌زا: یک کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل شده

**مقدمه:** با توجه به شیوع قابل توجه و عواقب اضطراب و ترس از زایمان طی حاملگی، مداخلاتی که بتوانند میزان اضطراب و ترس از زایمان را در زنان باردار کنترل نمایند بسیار کمک‌کننده خواهند بود. این مطالعه با هدف تعیین تاثیر مشاوره با رویکرد شناخت درمانی بک بر اضطراب و ترس از زایمان (پیامدهای اولیه)، رضایت از زایمان و تجربه زایمانی و نوع زایمان (پیامدهای ثانویه) انجام گرفت.

**مواد و روش‌ها:** این کارآزمایی بالینی تصادفی کنترل‌شده بر روی 68 زن باردار نخست‌زا که به مراکز بهداشتی شهرستان اردبیل در سال 1397 مراجعه می‌کردند، انجام گرفت. مشارکت‌کنندگان با روش بلوک‌بندی تصادفی به دو گروه مشاوره ( $n=34$ ) و کنترل ( $n=34$ ) تخصیص یافتند. گروه مداخله از هفته 30 تا 36 بارداری طی 6 جلسه 60 دقیقه‌ای به صورت گروهی در جلسات مشاوره شناخت‌درمانی بک شرکت نمودند و گروه کنترل مراقبت‌های روتین دوران بارداری را دریافت نمودند. پرسش‌نامه اضطراب اشمیل‌برگر قبل از مداخله و حین زایمان (ابتدای فاز فعال زایمان)، پرسشنامه ترس از زایمان و یجما قبل از مداخله، هفته 36 بارداری و بعد از زایمان و پرسشنامه‌های تجربه زایمان و رضایت از زایمان در 12 الی 24 ساعت بعد از زایمان از طریق مصاحبه با مشارکت‌کنندگان توسط پژوهشگر تکمیل شد. از آزمون‌های مجذور کای، تی مستقل، ANCOVA و repeated measure ANOVA برای تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

**یافته‌ها:** 33 نفر در گروه مشاوره و 31 نفر در گروه کنترل تا پایان مطالعه پیگیری و مورد آنالیز قرار گرفتند. دو گروه مشاوره و کنترل از نظر مشخصات فردی-اجتماعی و نمرات پایه ترس از زایمان و اضطراب آشکار و پنهان همسان بودند. بر اساس آزمون ANCOVA و با کنترل نمره پایه در حین زایمان، از نظر میانگین نمره اضطراب آشکار (تفاوت میانگین:  $-1/2$ ؛  $95\%$  فاصله اطمینان:  $8/2$  تا  $-6/7$ ؛  $p=0/842$ ) و میانگین نمره اضطراب پنهان (تفاوت میانگین:  $0/3$ ؛  $95\%$  فاصله اطمینان:  $2/6$  تا  $-3/2$ ؛  $p=0/859$ ) تفاوت معنی‌دار آماری بین دو گروه مشاوره و کنترل وجود نداشت. بر اساس آزمون ANCOVA و با کنترل نمره پایه، میانگین نمره ترس از زایمان در بعد از مداخله (تفاوت میانگین:  $3/9$ ؛  $95\%$  فاصله اطمینان:  $9/7$  تا  $-17/6$ ؛  $p=0/566$ ) تفاوت معنی‌دار آماری بین دو گروه مشاوره و کنترل نداشت. بر اساس آزمون تی مستقل، از نظر میانگین نمره تجربه زایمان (تفاوت میانگین:  $1/9$ ؛  $95\%$  فاصله اطمینان:  $2/7$  تا  $-6/6$ ؛  $p=0/400$ ) و رضایت از زایمان (تفاوت میانگین:  $1/2$ ؛  $95\%$  فاصله اطمینان:  $0/7$  تا  $-3/1$ ؛  $p=0/231$ ) تفاوت معنی‌دار آماری بین دو گروه مشاوره و کنترل وجود نداشت. از نظر فراوانی زایمان واژینال در بین دو گروه مداخله و کنترل تفاوت معنی‌دار آماری وجود نداشت ( $p=0/856$ ).

**نتیجه گیری:** مشاوره با رویکرد شناخت درمانی بک و تغییر شناخت های زنان از زایمان به تنهایی در کاهش اضطراب و ترس از زایمان موثر نبود و تاثیری در رضایت از زایمان و تجربه زایمانی زنان نخست زا نداشت، لذا استفاده از این روش مشاوره در کنار سایر روشهای کاهش درد برای کاهش اضطراب و ترس از زایمان مادران باردار توصیه می شود.

**کلیدواژه ها:** اضطراب، ترس از زایمان، مشاوره با رویکرد بک، زایمان، تجربه زایمان، رضایت از زایمان