

چکیده

هدف: رفلکسولوژی یکی از پرطرفدارترین روش‌های طب مکمل در اعمال پزشکی به ویژه در زمینه مامایی است.

طرح مطالعه: این کارآزمایی بالینی کنترل شده تصادفی با هدف تعیین تأثیر رفلکسولوژی پا بر علائم بیوست ایدئوپاتیک و اضطراب مادر و فعالیت جنین در دوران بارداری انجام شد.

روش کار: این مطالعه بر روی 74 زن اول‌زای مبتلا به بیوست که به مراکز سلامت خصوصی و عمومی تبریز مابین سال‌های 2017 تا 2018 ارجاع داده شده بودند، انجام شد. شرکت کنندگان به طور تصادفی در گروه‌های رفلکسولوژی پا یا کنترل تخصیص یافتند. روش مداخله درمان کوتاه مدت رفلکسولوژی پا به مدت 12 دقیقه بود که هفتگی به مدت 6 هفته برای گروه مداخله انجام شد.

علائم بیوست یک بار در ابتدای مطالعه و سپس 6 بار (هفتگی) پس از مداخله توسط مقیاس ارزیابی بیوست (CAS) اندازه‌گیری شد. پرسش‌نامه اضطراب پنهان و آشکار (STAI) برای اندازه‌گیری اضطراب شرکت‌کنندگان در شروع مطالعه و 6 هفته پس از اتمام مطالعه مورد استفاده قرار گرفت همچنین، حرکات جنین یک بار در ابتدای مطالعه و 6 بار (هفتگی) بعد از هر جلسه مداخله با استفاده از نمودار ثبت حرکات جنین، اندازه‌گیری شد.

یافته‌ها: نود و هفت درصد از زنان بهبودی در شاخص CAS را در پایان شش هفته پس از رفلکسولوژی گزارش کردند. میانگین نمرات پرسش‌نامه اضطراب پنهان و آشکار (STAI) در پایان مداخله به ترتیب 38/5 و 42/2 درصد (اضطراب آشکار) و 39/1 و 40/2 (اضطراب پنهان) در دو گروه رفلکسولوژی پا و کنترل بود. تفاوت آماری معنی‌دار در حرکات جنین مابین دو گروه فقط در هفته‌های چهارم ($P = 0/001$) و پنجم ($P = 0/007$) پس از جلسات مداخله مشاهده گردید. حدود 67٪ از مادران از مداخله رفلکسولوژی به منظور بهبود علائم بیوست راضی بودند. هیچ‌گونه حوادث جانبی مضر در بین زنان گزارش نشد.

نتیجه‌گیری: رفلکسولوژی کوتاه مدت پا ممکن است مزایای درمانی بالقوه در بهبود بیوست و علائم اضطراب در دوران بارداری در محیط پژوهش داشته باشد. با این حال، تحقیقات بیشتر در مورد تأثیر رفلکسولوژی در دوران بارداری مورد نیاز است.

واژه‌های کلیدی: بیوست، رفلکسولوژی پا، ماساژ پا، اضطراب، بارداری، حرکات جنین، فعالیت جنین