

## عنوان

بررسی تاثیر ماساژ پا بر کیفیت خواب شبانه بیماران همودیالیزی

## نگارش

فرهاد آریامنش

## استاد راهنما

فریده ملکشاهی

## استاد مشاور آمار

مهدی صفری

دانشگاه علوم پزشکی وخدمات بهداشتی درمانی لرستان

دانشکده پرستاری ومامایی خرم آباد

## چکیده

مقدمه: مطالعات نشان داده اند که حدود ۲۰ تا ۸۰ درصد بیماران همودیالیزی، دارای مشکلات خواب هستند که می تواند منجر به کاهش کیفیت زندگی آنان شود. با توجه به آمار بالای بیماران همودیالیزی در عصر حاضر، ارتقاء سطح سلامت آنان از مسائل مهم بهداشتی تلقی می گردد. در این راستا پژوهش حاضر، با هدف تعیین تاثیر ماساژ پا بر کیفیت خواب شبانه بیماران همودیالیزی انجام شد.

**مواد و روشها:** این مطالعه، به روش تجربی از نوع کارآزمایی بالینی بر روی ۸۰ بیمار مراجعه کننده به بخش های دیالیز بیمارستان های شهدا و شهید رحیمی خرم آباد در سال ۱۳۹۳ انجام گرفت. بیماران به صورت تصادفی به دو گروه آزمون و کنترل تقسیم شدند. ابزار گردآوری اطلاعات پرسش نامه پیتزبرگ، فرم چارت خواب و فرم مشخصات دموگرافیک بود که به وسیله آنها وضعیت خواب نمونه هایی که به روش سرشماری وارد مطالعه و دارای مشکل خواب بودند، در شب های قبل و بعد از ماساژ، مورد بررسی قرار گرفت. مداخله آموزشی در پژوهش حاضر، ماساژ پا به مدت ۱۰ دقیقه در طول دیالیز، سه بار در هفته، برای چهار هفته متوالی انجام شد. برای تجزیه و تحلیل داده ها از آمار توصیفی، آزمون های آماری تی مستقل و زوجی یا معادل نان پارامتری آنها (من ویتنی و ویلکاکسون) در نرم افزار spss ۱۹ استفاده شد.

**یافته ها:** تغییرات ایجاد شده در نمره پرسش نامه پیتزبرگ نشان داد که، ماساژ پا در گروه آزمون در کیفیت خواب موثر بوده و با استفاده از آزمون آماری فریدمن مشخص گردید، مدت خواب شبانه افزایش یافته و به طور کلی وضعیت خواب بیمار با تکرار مداخله در هر هفته نسبت به هفته قبل بهبود یافته است ( $p < 0.001$ ).  
**نتیجه گیری:** با توجه به نتایج این پژوهش، ماساژ پا بر کیفیت خواب بیماران تحت همودیالیز تاثیر مطلوبی دارد و می تواند به عنوان یک روش مفید در بهبود کیفیت خواب بیماران در بخش های همودیالیز، اجرا و آموزش داده شود.

**واژه های کلیدی:** ماساژ، اختلالات خواب، بیمار همودیالیزی، طب مکمل