بررسی تأثیر وزرخ بر افرادی خفیف بعد از زایمان و عوامل مرتبط با آن در مراجعین به مراکز بهداشتی و درمانی کاشان سال ۱۳۹۰

مینیا متغیر

تاریخ دریافت: ۰۳/۰۲/۰۷ زیر نیبرش ۱۳۹۲

چکیده

پیش زمینه و هدف: افرادی خفیف بعد از زایمان به‌پیتی می‌پردازند و برای وقفه تغییرات در روابط همسر و خانواده و تاسیس سلسله مادر، کودک و خانواده یکی از اقدامات مربوطه می‌باشد. هدف این مطالعه تعیین تأثیر تممیبات وزرخ بعد از زایمان بر روی همگی افرادی خفیف در زن مراجعه کننده به مراکز بهداشتی درمانی کاشان بوده است.

موراد و روش‌ها: مطالعه حاضر یک کارآزمایی بالینی دو سوکر است. تعداد ۵۰ نفر از مادرانی که زایمان‌های خفیفی نداشتند، پس از آن که توسط مادرانی که افرادی خفیف بعد از زایمان خفیف تنش نداشتند زنده بر روی مطالعه انتخاب و به مصوبه یک در میان در دو گروه تجربی (وزرخی) و مقایسه (بدون وزرخی) قرار گرفتند، سپس شش هفته بعد از زایمان مجدداً با یک مزمار افرادی خفیف در دو گروه تعيد و با هم اعمال شد.

یافته‌ها: نتایج نشان داد که وزرخی در جنگلی‌های افرادی خفیف بعد از زایمان تأثیر مناسبی دارد. پیشنهاد می‌شود در مراقبت‌های بعد از زایمان بر انجام تممیبات وزرخی تأکید شود.

کلید واژه‌ها: وزرخ، افرادی خفیف، دوران پس از زایمان

آدرس مکاتبه: دانشگاه علوم پزشکی کاشان، ایران

مقدمه

دوره پس از زایمان، به‌مانند پایداری با بروز تغییرات روایی و جسمانی در مادران همراه است. مادران در این دوره خیال از احتمال‌های روایی، از بین‌رودی خواست‌ها تا انتظار از مادران، به‌کمک افزایش‌های مختلفی می‌کنند. (۲) در آن زمان، مادران در این دوره جنگل ای از زایمان تجربی خود افرادی خفیف پس از زایمان است. (۳) افرادی خفیف پس از زایمان با احساس غمگینی، نتایجی از نتایج بریده، تمیزی، پدیده‌های عصبی و کاهش اعتماد به نفس مشخص می‌گردد. (۴) تاکنون امرهای تعددی در مورد میزان شیوع افرادی خفیف پس از زایمان بروز نشده است. در بروز مشکلات در زن در زمان‌های مختلف، وزرخی افرادی خفیف را در دوران مادران مورد بررسی قرار داده و به‌کمک تحقیقات که در این زمینه انجام شده، وزرخی به‌عنوان یکی از مهم‌ترین عوامل شیوع افرادی خفیف پس از زایمان است. (۵)

است (۵) میزان شیوع این اختلال به‌کمک مقياس ادینبورگ در ترکیب ۲۲ درصد (۱) وزرخی نشان داده است. فرودهای مختلف در کشورهای دیگر، شیوع افرادی خفیف پس از زایمان را طبقه‌بندی که در زمان‌های مختلف نشان داده است، بر پایه مختلفی در ۲۰ تا ۱۰۰ نفر درصد (۶) در زمان‌های مختلف (۷) و ۱۰ تا ۳۰ درصد (۸) در زمان‌های مختلف (۹) و نیز در برخی از پژوهش‌ها در ایران، شیوع افرادی خفیف پس از زایمان را طبقه‌بندی که در زمان‌های مختلف نشان داده است، بر پایه مختلفی در ۲۰ تا ۱۰۰ نفر درصد (۱۰) و ۱۰ تا ۳۰ درصد (۱۱)، و نیز در برخی از پژوهش‌ها در ایران، شیوع افرادی خفیف پس از زایمان را طبقه‌بندی که در زمان‌های مختلف نشان داده است، بر پایه مختلفی در ۲۰ تا ۱۰۰ نفر درصد (۱۲) و نیز در برخی از پژوهش‌ها در ایران، شیوع افرادی خفیف پس از زایمان را طبقه‌بندی که در زمان‌های مختلف نشان داده است، بر پایه مختلفی در ۲۰ تا ۱۰۰ نفر درصد (۱۳) و نیز در برخی از پژوهش‌ها در ایران، شیوع افرادی خفیف پس از زایمان را طبقه‌بندی که در زمان‌های مختلف نشان داده است، بر پایه مختلفی در ۲۰ تا ۱۰۰ نفر درصد (۱۴) و نیز در برخی از پژوهش‌ها در ایران، شیوع افرادی خفیف پس از زایمان را طبقه‌بندی که در زمان‌های مختلف نشان داده است، بر پایه مختلفی در ۲۰ تا ۱۰۰ نفر درصد (۱۵).
مواد و روش‌ها
این پژوهش به کارآزمایی دوم پر کرده یا با یک همکاران مستقر در مرکز پیشنهادی درمانی از تحقیق نمونه به گروه ۲۵ افراد مرد (ورزشی) و دو گروه غیر ورزشی اکنون داشته‌اند و یک گروه از این افراد به ورزش انجام داده و دو گروه به نماینده حلقه فردی از این افراد داشته‌اند.

امامی‌فریسی خفیف بعد از زایمان غیر منفی شده است.

در تحلیل انجام شده به آزمون مجدید گردیده یا با یک همکاران مستقر در مرکز پیشنهادی درمانی از تحقیق نمونه به گروه ۲۵ افراد مرد (ورزشی) و دو گروه غیر ورزشی اکنون داشته‌اند و یک گروه از این افراد به ورزش انجام داده و دو گروه به نماینده حلقه فردی از این افراد داشته‌اند.

امامی‌فریسی خفیف بعد از زایمان غیر منفی شده است.

امامی‌فریسی خفیف بعد از زایمان غیر منفی شده است.

امامی‌فریسی خفیف بعد از زایمان غیر منفی شده است.

امامی‌فریسی خفیف بعد از زایمان غیر منفی شده است.

امامی‌فریسی خفیف بعد از زایمان غیر منفی شده است.
جدول شماره (1): توزیع مادران با افسردگی خفیف بر حسب سن، تحصیلات، تعداد زایمان و شغل در دو گروه تخبی و مقایسه

<table>
<thead>
<tr>
<th>گروه</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
<th>گروه تخبی</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>زیر 20 سال</td>
<td>3</td>
<td>12</td>
<td>3</td>
<td>4</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>سن (سال)</td>
<td>20-30</td>
<td>30</td>
<td>6</td>
<td>15</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>30-40</td>
<td>30</td>
<td>4</td>
<td>10</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>40-50</td>
<td>50</td>
<td>7</td>
<td>14</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>دیپلم و زیر دیپلم</td>
<td>30</td>
<td>9</td>
<td>12</td>
<td>11</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>تحصیلات دانشگاهی</td>
<td>50</td>
<td>10</td>
<td>10</td>
<td>10</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>یک چهار و بیشتر</td>
<td>70</td>
<td>5</td>
<td>10</td>
<td>15</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>تعداد زایمان</td>
<td>دو</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>سه</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>چهار و بیشتر</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
<td>1</td>
</tr>
</tbody>
</table>

جدول شماره (2): توزیع فراوانی مطلق و نسبی در دو گروه تخبی و مقایسه شش شدت بعد از زایمان

<table>
<thead>
<tr>
<th>گروه</th>
<th>میانگین نمره یک محاسبه</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
<th>میانگین نمره یک محاسبه</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>بهبود یافته</td>
<td>18</td>
<td>8</td>
<td>8.2</td>
<td>خفیف</td>
<td>141.1</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>خفیف</td>
<td>5</td>
<td>72</td>
<td>13.9</td>
<td>نیاز به مشورت با روان پزشک</td>
<td>142.9</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>نیاز به مشورت با روان پزشک</td>
<td>7</td>
<td>44</td>
<td>17.9</td>
<td>جمع</td>
<td>149.9</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>20</td>
<td>100</td>
<td>36.3</td>
<td></td>
<td>100</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>15</td>
<td>100</td>
<td>36.3</td>
<td></td>
<td>100</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>10</td>
<td>100</td>
<td>36.3</td>
<td></td>
<td>100</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>5</td>
<td>100</td>
<td>36.3</td>
<td></td>
<td>100</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>0</td>
<td>100</td>
<td>36.3</td>
<td></td>
<td>100</td>
<td>25</td>
</tr>
</tbody>
</table>

جدول شماره (3): رابطه افسردگی خفیف پس از زایمان و متغیرهای مطالعه با استفاده از آزمون خی دو

<table>
<thead>
<tr>
<th>متغیرها</th>
<th>گروه</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
<th>متغیرها</th>
<th>گروه</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>زیر 20 سال</td>
<td>624</td>
<td>64</td>
<td>10.1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>سن مادر</td>
<td>20-30</td>
<td>64</td>
<td>64</td>
<td>30-40</td>
<td>40</td>
<td>40</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>30-50</td>
<td>40</td>
<td>40</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>یک چهار و بیشتر</td>
<td>18</td>
<td>96</td>
<td>14.1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>تعداد زایمان</td>
<td>دو</td>
<td>2</td>
<td>2</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>سه</td>
<td>3</td>
<td>3</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>چهار و بیشتر</td>
<td>4</td>
<td>1</td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
</tbody>
</table>

جدول شماره (4): افسردگی خفیف

<table>
<thead>
<tr>
<th>گروه</th>
<th>تعداد</th>
<th>درصد</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>بلی خیر</td>
<td>34</td>
<td>54</td>
</tr>
<tr>
<td>سابقه قبلی مرگ نوزاد</td>
<td>72</td>
<td>72</td>
</tr>
<tr>
<td>سابقه قبلی مرگ نوزاد</td>
<td>4</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>سابقه قبلی سقط</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>شیر مادر</td>
<td>19</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>شیر خشک</td>
<td>8</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

مجله دانشکده پرستاری و مامایی ارومیه

1390 دوره بامداد، شماره پنجم، پی در پی 46، مرداد 1392
بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های پژوهش‌شناسان داد که وزش‌های بعد از زایمان می‌تواند به‌وسیله افسردگی خفیف بعد از زایمان تأثیر مناسب بگذارد به طوری که به‌طور عمومی به‌طور قابل مشاهده‌ای در افراد خفیف داشتنگان هنگام عفونت‌هایی که در جریان زایمان تجهیز به‌وسیله می‌شود باعث بهبود زندگی و تغییر در رفتار و معنی‌سازی افسردگی در این افراد می‌شود. شرایط زندگی روانی و سازگاری مادران با موضوع جدید و در نهایت سلامت و بهداشت خانواده بازی کننده پژوهش که نشان می‌دهد که وزش می‌تواند به عنوان یکی از عوامل مهم در افزایش افسردگی خفیف پس از زایمان اثر استفاده گرفت برای جلوگیری از تابیتی بدنی توجه بیشتری شود امکان ایجاد افزایش وزش برای هماهنگی بین خانواده که به‌طور کلی افرادی است که در زایمان نیاز به ایمنی دارند، این افراد دارای مستندی‌های دارای و به‌طور آماده‌سازی به کمک و بررسی افسردگی کاملاً در پژوهش انجام شده و افسردگی پس از زایمان و تحصیلات افراد متعددی دوستان داشته که با مطالعات قبلی می‌تواند نشان دهد افکاری و خاص با مطالعه ارزیابی در نموده رابطه این افسردگی خفیف بعد از زایمان و افراد زایمان هم راست از طریق یافته‌های پژوهش غافلانه و خصوصی نشان داد که رابطه این افسردگی پس از زایمان با شغل مادر ساکن سطح بینی خواهانه و ناپاک‌سایه دو نمایی جدید اضافه می‌کند و وجود که با نتایج پژوهش‌های حاضر

References:


THE EFFECT OF PHYSICAL EXERCISE ON MILD POSTPARTUM DEPRESSION AND RELATED FACTORS AMONG WOMEN REFERRING TO KASHAN HEALTH CENTERS, 2011

Motaghi M*

Received: 23 Apr , 2013; Accepted: 28 Jun , 2013

Abstract

Background & Aims: Postpartum depression is a problematic and important disease and if it is not recognized and treated on time, it can be aggravated or chronic. Exercise is strongly recommended in this regard to prevent any family disorders and improve the health of mother, child and family. The aim of this study was to determine the effect of exercise on mild postpartum depression among women referring to Kashan health centers, and to determine its related factors.

Materials & Methods: This study was a double blind clinical trial. About 50 subjects with normal vaginal delivery were selected. The subjects had referred to health centers in the second week after delivery, and they were diagnosed to have mild depression using Beck depression test. They were randomly divided into two groups (exercise and non-exercise). Then Beck test was redone 6 weeks after delivery, and the results were compared in two groups.

Results: The findings indicated that between mildly depressed mothers, 58% were 20-30 years old, 55% were housekeeper, 44% had diploma and under diploma education, 66% had two previous deliveries. 72% of exercise group and 40% of non-exercise group were treated. 8% of experimental subjects and 16% of control ones needed psychological consultation 6 weeks after delivery. T-test showed significant differences between two groups (p<0.05).

Conclusion: Results showed that exercise had a positive effect on the treatment of mild postpartum depression. As a result, the exercise is recommended strongly in postpartum care.

Key words: Exercise, Mild Depression, Postpartum

Address: Islamic Azad University, Sciences and Research Branch, Tehran, Iran
Tel: (+982144869701)
Email: nasiripour@srb.iau.ac.ir

1 Ph.D. in Health Services Management, University of Medical Sciences, Kashan, Iran (Corresponding Author)