

SID



ابزارهای
پژوهش



سرویس ترجمه
تخصصی



کارگاه های
آموزشی



بلاگ
مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری
STES



فیلم های
آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی



آموزش مهارت های کاربردی در تدوین و چاپ مقالات ISI

آموزش مهارت های کاربردی
در تدوین و چاپ مقالات ISI



روش تحقیق کمی

روش تحقیق کمی



آموزش نرم افزار Word برای پژوهشگران

آموزش نرم افزار Word
برای پژوهشگران



تاثیر مصرف عصاره گیاه سنبل الطیب بر میزان اضطراب پرستاران بخش اورژانس

نجمه زائری*، سمیه زائری

* نویسنده مسئول، دانشجوی دکترای حرفه‌ای پزشکی عمومی، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی جهرم
کارشناس ارشد روانشناسی صنعتی و سازمانی، دانشکده علوم تربیتی و روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز

مقدمه: سنبل الطیب یکی از قدیمی‌ترین گیاهان دارویی با نام علمی (*Valeriana officinalis*) و با خاصیت آرام‌بخشی است. باتوجه به اینکه امروزه شاهد افزایش تنش‌های موجود به خصوص در محیط‌های کاری هستیم، برخی از مشاغل که به مشاغل سخت مشهور هستند درصد بیشتری از استرس و اضطراب را جذب میکنند و سلامت شاغلین این محیط‌ها را تحت تاثیر قرار می‌دهند، از این‌رو هدف از پژوهش حاضر بررسی تاثیر مصرف عصاره گیاه سنبل الطیب بر میزان اضطراب پرستاران بود.

روش کار: پژوهش حاضر یک کارآزمایی بالینی شاهده‌دار می‌باشد نمونه این پژوهش ۳۸ نفر از پرستاران بخش اورژانس بیمارستان‌های شهر جهرم با سطوح بالای اضطراب است که به شیوه تصادفی به دو گروه مداخله و کنترل تقسیم شدند. برای گروه مداخله کپسول خوراکی سنبل الطیب حاوی ۵۳۰ میلی‌گرم ریشه گیاه سنبل الطیب دو بار در روز به مدت هشت هفته و به گروه دارونما کپسول‌هایی مشابه حاوی نشاسته تجویز شد. جهت گردآوری داده‌ها نیز از پرسشنامه اضطراب بک (۱۹۹۰) استفاده گردید. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS ویراست ۱۹ مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

نتایج: پس از ۸ هفته مداخله، میزان اضطراب در گروه مداخله در مقایسه با گروه کنترل کاهش یافت و بین دو گروه از نظر نمره اضطراب اختلاف معنی‌دار ایجاد شد. ($P < 0/001$).

بحث و نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش نشان‌دهنده‌ی تأثیر سنبل الطیب بر کاهش میزان اضطراب می‌باشد و با توجه به عدم وجود عوارض جانبی برای این گیاه مصرف آن به عنوان یک درمان مکمل و بی‌خطر جهت کاهش اضطراب می‌تواند موثر واقع شود.

کلمات کلیدی: سنبل الطیب، اضطراب، پرستاران

SID



ابزارهای
پژوهش



سرویس ترجمه
تخصصی



کارگاه های
آموزشی



بلاگ
مرکز اطلاعات علمی



سامانه ویراستاری
STES



فیلم های
آموزشی

کارگاه های آموزشی مرکز اطلاعات علمی



تازه های آموزش
آموزش مهارت های کاربردی در تدوین و چاپ مقالات ISI

آموزش مهارت های کاربردی
در تدوین و چاپ مقالات ISI



تازه های آموزش
روش تحقیق کمی

روش تحقیق کمی



تازه های آموزش
آموزش نرم افزار Word برای پژوهشگران

آموزش نرم افزار Word
برای پژوهشگران