

خلاصه فارسی

عنوان: بررسی تأثیر آموزش تاب‌آوری بر سلامت روان مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلابه آلزایمر

سابقه و هدف: مراقبت مداوم از سالمند مبتلابه آلزایمر توسط مراقبین خانوادگی می‌تواند به دلیل مواجهه طولانی با فشارهای روانی-اجتماعی و جسمی ناشی از مراقبت، توانایی مراقبین را در کمک رسانی مطلوب به سالمند محدود، ابتلا آنها به اختلالات روانشناختی را افزایش و کیفیت زندگی این افراد را در ابعاد مختلف کاهش دهد. از اینرو استفاده از راهکارهای ارتقاء دهنده سازگاری روانی-اجتماعی ضروری به نظر می‌رسد. هدف از این مطالعه تعیین تأثیر آموزش تاب‌آوری بر سلامت روان مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلابه آلزایمر است.

روش پژوهش: مطالعه حاضر یک مطالعه کار آزمایی بالینی است. ۵۰ نفر از مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلابه آلزایمر در بیمارستان‌ها و مطب پزشکان مغز و اعصاب در شهرستان قائم‌شهر با روش نمونه‌گیری در دسترس و تخصیص تصادفی به دو گروه کنترل و مداخله تقسیم شدند. در گروه مداخله آموزش تاب‌آوری در ۸ جلسه (به‌طور میانگین ۴۲ دقیقه‌ای) توسط پاورپوینت و پمفلت آموزشی برگزار شد. وضعیت سلامت روان واحدهای پژوهش قبل و ۴۵ روز بعد از مداخله با استفاده از پرسشنامه سلامت عمومی ۲۸ سؤالی^۱ ارزیابی گردید. داده‌ها با استفاده از نرم‌افزار SPSS نسخه ۱۶ و آزمون‌های آماری تی مستقل، یومن ویتنی و آنووا تجزیه و تحلیل شد.

یافته‌ها: نتایج مطالعه نشان داد تفاوت آماری معنی‌داری بین میانگین نمرات کل سلامت روان مراقبین خانوادگی، نمرات وضعیت جسمانی، اضطراب و اختلال خواب، عملکرد اجتماعی و علائم افسردگی در قبل و بعد از مداخله در گروه آزمون وجود دارد ($P < 0/001$). بین سلامت روان و متغیرهایی مانند سن مراقبین ($P = 0/003$)، میزان درآمد ($P = 0/047$) و مدت‌زمان مراقبت ($P = 0/039$) نیز ارتباط معناداری مشاهده شد.

نتیجه‌گیری: نتایج مطالعه حاضر نشان داد که آموزش تاب‌آوری موجب بهبود سلامت روان مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلابه آلزایمر می‌شود. لذا، استفاده از مداخلات آموزشی و توانمندسازی مراقبین می‌تواند موجب حفظ و ارتقاء سلامت روان مراقبین شود. حمایت‌های اقتصادی از مراقبین، برنامه‌ریزی برای کاهش طول مدت مراقبت از طریق زمان‌بندی مراقبت بین مراقبین و استفاده از مراقبت‌های فرجه‌ای می‌تواند به ارتقاء سلامت روان مراقبین کمک نماید.

کلید واژه‌ها: سالمند مبتلابه آلزایمر، مراقبین خانوادگی، مداخله روان‌شناختی، تاب‌آوری، سلامت روان

¹General Health Questionnaire-28 item

Absract:

Title: Exploring the role of resilience education on the mental health in family caregivers of elderlies with Alzheimer's disease

Introduction: Continuing care of an elderly with Alzheimer by family caregivers may result in long lasting psychological-social and physical pressures, limitations in providing a complete care, increase the risk of psychiatric disorders among the caregivers, and certainly care of these people requires high resilience. The purpose of this study was Exploring the role of resilience education on the mental health in family caregivers of elderlies with Alzheimer's disease.

Methods: The present study was a randomized, controlled clinical trial. 50 family caregivers caring for an elderly with Alzheimer and referring to the hospitals and neurologist doctors' offices in Ghaemshahr city were selected with convenience sampling and then categorized into two groups of control and intervention using the randomized block allocation. The General Health Questionnaire-28 items (GHQ-28) was used for data collection. The resilience education program was provided in 8 sessions of educational class (mean: 42 mins) using PowerPoint presentation and educational pamphletes. The data were analyzed by using SPSS version 16. Mental health scores were calculated using the indices including descriptive statistics and then, the following tests were performed: independent and U-Mann Wiittny, and ANOVA. The significance level was $P < 0.05$.

Results: Based on the findings, mental health promotion was demonstrated among the participants who received the educational intervention ($P < 0.001$). The results also showed that there was a significant difference between the anxiety and sleep disturbance, social function and depression before and after intervention. There was a relationship significant between mental health and demographic variables including caregivers age ($P=0.003$), Income level ($P=0.047$), and caring duration ($P= 0.039$).

Conclusion: The results were showing that the resilience education was improves the mental health of family caregivers of elderly with Alzheimer's disease. Therefore, using educational interventions and empowerment of family caregivers help maintaining and improving the mental health of caregivers. Economic support from caregivers, planning to reduce the length of care through the timing of care between caregivers and the use of in-person care improve the mental health of family caregivers.

Keywords: Alzheimer's Older Adults; Family Caregivers; Psychological Intervention; Resilience, mental health