



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی و درمانی بابل

دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر

پایان نامه

برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در رشته پرستاری داخلی-جراحی

عنوان

بررسی تاثیر افشای هیجانی نوشتاری بر رفتارهای بهداشتی و احساس تنهایی در

مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان

استاد راهنما

دکتر عباس شمسعلی نیا

دانشیار گروه آموزشی پرستاری داخلی-جراحی

اساتید مشاور

دکتر سپیده محمدی

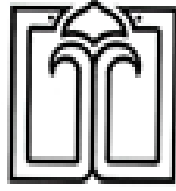
استادیار گروه آموزشی پرستاری داخلی-جراحی

دکتر شهربانو کیهانیان

دانشیار گروه انکولوژی و هماتولوژی- دانشگاه آزاد اسلامی

نگارش

ملیحه ایزانلو



Babol University of Medical Sciences
Ramsar Fatemeh Zahra school of Nursing and Midwifery
In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree
Master of Science in Field medical-surgical nursing

Title:

**Investigating the effect of written emotional disclosure on health behaviors
and feelings of loneliness in family caregivers of cancer patients**

Supervisor:

Dr. Abbas SHamsalinia
Associate professor in Department of Medical-Surgical Nursing

Advisors:

Dr. Sepideh Mohammadi
Assistant professor in Department of Medical-surgical Nursing

Dr. Shahrbanoo Keyhanian
Associate professor in Department of Oncology and Hematology-Islamic Azad
University

By

Malihe Izanloo

Registration number:

Year/month

خلاصه فارسی

بررسی تاثیر افشای هیجانی نوشتاری بر رفتارهای بهداشتی و احساس تنهایی در مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان

مقدمه: تشخیص سرطان به طور قابل توجهی زندگی اعضای خانواده بیمار را تحت تاثیر قرار می دهد؛ به طوریکه به دنبال رفع نیازهای بیماران در رفتارهای بهداشتی مراقبان تغییراتی به وجود می آید و مستعد ابتلا به بیماری های متعدد می باشند. همچنین به دلیل محدود کردن تعداد بازدید کنندگان و پرهیز از رفتن به مکان های شلوغ، مستعد احساس تنهایی می شوند. از آنجایی که نبود رفتارهای بهداشتی سالم و احساس تنهایی در مراقبان خانوادگی، باعث به خطر افتادن بیماران مبتلا به سرطان می شود، لذا یافتن راهکارهایی جهت ارتقاء رفتارهای بهداشتی و مقابله با احساس تنهایی ضروری به نظر می رسد. مطالعه حاضر با هدف تعیین تاثیر افشای هیجانی نوشتاری بر رفتارهای بهداشتی و احساس تنهایی مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان انجام شد

روش: مطالعه حاضر در دو مرحله انجام شد. در مرحله اول، پرسشنامه رفتارهای بهداشتی مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان پس از طراحی، از نظر روایی صوری و محتوا (کیفی - کمی) و پایایی بررسی شد. مرحله دوم، مطالعه ای نیمه تجربی بود که در بخش انکولوژی بیمارستان امام سجاد(ع) رامسر و مطب متخصص انکولوژی تنکابن انجام شد. پس از اعمال معیارهای ورود ۷۰ نفر به روش نمونه گیری در دسترس انتخاب و به صورت تصادفی ساده به دو گروه آزمایش (۳۵ نفر) و کنترل (۳۵ نفر) تقسیم شدند. کلیه آزمودنی های دو گروه قبل از مداخله به پرسشنامه احساس تنهایی یوکلا (نسخه سوم) و پرسشنامه رفتارهای بهداشتی پاسخ دادند. آزمودنی های گروه آزمایش در منزل به مدت ۴ روز، هر بار به مدت ۱۵ الی ۲۰ دقیقه به نوشتن پرداختند و گروه کنترل مداخله ای دریافت نکردند. بعد از یک ماه پس آزمون روی دو گروه اجرا شد. داده ها، با نرم افزار SPSS نسخه ۲۶ و با استفاده از آزمون های آماری کای دو، t مستقل، آنالیز کوواریانس و t زوجی تجزیه و تحلیل شد

نتایج: نتایج نشان داد مقیاس رفتارهای بهداشتی مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان روا و پایا است. همچنین افشای هیجانی نوشتاری روی احساس تنهایی و رفتارهای بهداشتی مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان اثر مثبت و معناداری دارد ($p < 0.001$) و اثر متغیرهای جمعیت شناختی بر احساس تنهایی و رفتارهای بهداشتی مراقبان خانوادگی بیماران مبتلا به سرطان معنادار نمی باشد ($p > 0.05$)

نتیجه گیری: با توجه به اینکه سلامت اعضاء خانواده باعث ارائه بهتر مراقبت از بیمار می شود، لذا توصیه می شود کادر درمان در بخش های انکولوژی و مطب متخصصین خون از آموزش افشای هیجانی نوشتاری جهت کاهش بار مراقبتی مراقبان خانوادگی استفاده کنند

کلید واژه ها: افشا، ابراز احساسات، رفتار بهداشتی، احساس تنهایی، مراقبان خانوادگی، سرطان

Abstract

Investigating the effect of written emotional disclosure on health behaviors and feelings of loneliness in family caregivers of cancer patients

Introduction: Cancer diagnosis significantly affects the life of the patient's family members; So that in order to meet the needs of the patients, there are changes in the health behaviors of the caregivers and they are susceptible to many diseases. Also, due to limiting the number of visitors and avoiding going to crowded places, they tend to feel lonely. Since the lack of healthy health behaviors and the feeling of loneliness in family caregivers puts cancer patients at risk, it is necessary to find solutions to improve health behaviors and deal with the feeling of loneliness. The present study was conducted with the aim of determining the effect of written emotional disclosure on health behaviors and feelings of loneliness of caregivers of cancer patients.

Method: The present study was conducted in two stages. In the first stage, the health behavior questionnaire of family caregivers of cancer patients was examined in terms of face and content validity (qualitative-quantitative) and reliability. The second stage was a semi-experimental study that was conducted in the oncology department of Imam Sajjad Ramsar Hospital and the oncology specialist office of Tonekabon. After applying the entry criteria, 70 people were selected by available sampling method and divided into two experimental (35 people) and control (35 people) groups in a simple random manner. Before the intervention, all the subjects of the two groups responded to the UCLA Loneliness Questionnaire (third version) and the Health Behavior Questionnaire. The subjects of the experimental group wrote at home for 4 days, each time for 15-20 minutes, and the control group did not receive any intervention. After one month, the post-test was conducted on two groups. The data was analyzed with SPSS software version 26 and using chi-square, independent t, analysis of covariance and paired t tests.

Results: The results showed that the scale of health behaviors of family caregivers of cancer patients is valid and reliable. Also, written emotional disclosure has a positive and significant effect on feelings of loneliness and health behaviors of family caregivers of cancer patients ($p < 0.001$) and the effect of demographic variables on feelings of loneliness and health behaviors of family caregivers of cancer patients is not significant ($p > 0.05$).

Conclusion: Considering that the health of family members provides better patient care, it is recommended that the treatment staff in oncology departments and hematologists' offices use written emotional disclosure training to reduce the care burden of family caregivers.

Keywords: Disclosure, Expressed Emotion, health behavior, loneliness, family caregivers, cancer