

The Effect of Inhalation of Matricaria Chamomile Essential Oil on Patients' Anxiety before Esophagogastroduodenoscopy

Akram Gholami¹, Yaser Tabaraei², Fereshte Ghorat³, Hasan Khalili^{4,*}

¹Nursing Master student, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

² Master of Biostatistic, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

³ Ph.D. Candidate of Traditional Medicine, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

⁴ Master of Nursing, Sabzevar University of Medical Sciences, Sabzevar, Iran

ABSTRACT

Background:

One of the most stressful situations in clinical environments is exposure to invasive diagnostic methods, one of which is the endoscopy of the digestive tract. Endoscopy related anxiety can prevent achieving optimal results. Aromatherapy is one of complementary treatments that can reduce anxiety. The aim of this study was to determine the effect of inhalation of matricaria chamomile essential oil on the anxiety before Esophagogastroduodenoscopy.

Materials and Methods:

This study is a randomized clinical trial that was carried out in May 2014 among patients referred to the Endoscopy Department of Imam Reza Hospital in Mashhad. The population of the study included 152 participants who were randomly divided into intervention and control groups. Anxiety was measured by using State-Trait Anxiety Inventory (STAI) questionnaire. Then for 20 minutes, the intervention group inhaled matricaria chamomile essential oil and the control group inhaled placebo (sesame oil). 10 minutes after inhalation, anxiety was again measured and compared between the groups. Data analysis was done using SPSS software version 21.

Results:

The mean age of the participants was 42.05 ± 4.5 years and 41.33% of them were male. Mean level of anxiety after inhalation in the intervention group was 35.89 ± 8.40 and in the control group was 39.88 ± 8.40 , which decreased in both groups but in the intervention group the decrease was significant.

Conclusion:

The findings showed that matricaria chamomile essential oil inhalation was effective in decreasing the anxiety of patients who were candidate for endoscopy. It is recommended to reduce anxiety in stressful situations.

Keywords: Anxiety, Endoscopy, Matricaria Chamomile essential oil inhalation

please cite this paper as:

Gholami A, Tabaraei Y, Ghorat F, Khalili H. The Effect of Inhalation of Matricaria Chamomile Essential Oil on Patients' Anxiety before Esophagogastroduodenoscopy. *Govaresh* 2018;22:232-238.

*Corresponding author:

Hasan Khalili, M.Sn

Faculty of Nursing and Midwifery, Sabzevar

University of Medical Sciences, Sabzevar,

Khorasan Razavi, Iran

Telefax: + 98 51 44011300

E-mail: khalili894@gmail.com

Received: 19 Oct. 2017

Edited: 13 Dec. 2017

Accepted: 14 Dec. 2017

بررسی تأثیر استنشاق اسانس بابونه بر اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی دستگاه گوارش فوقانی در شهرستان مشهد در سال ۹۶

اکرم غلامی^۱، یاسر تبرایی^۲، فرشته قراط^۳، حسن خلیلی^{۴*}

^۱ دانشجوی کارشناسی ارشد داخلی جراحی بالینی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران
^۲ کارشناسی ارشد آمار زیستی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران
^۳ دکتری تخصصی طب سنتی، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران
^۴ کارشناسی ارشد آموزش پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، سبزوار، ایران

چکیده

زمینه و هدف:

یکی از موقیعت های اضطراب آور در محیط های بالینی، مواجه شدن با روش های تشخیصی تهاجمی است که یکی از این روش ها، اندوسکوپی دستگاه گوارش است. اضطراب ناشی از اندوسکوپی می تواند از به دست آوردن نتایج مطلوب جلوگیری کند. رایحه درمانی یکی از روش های طب مکمل است که می تواند باعث کاهش اضطراب شود. این پژوهش با هدف تعیین تأثیر استنشاق اسانس بابونه بر اضطراب قبل اندوسکوپی انجام شد.

روش بررسی:

این پژوهش یک کارآزمایی بالینی می باشد که نمونه گیری آن در خرداد ۱۳۹۶ از میان بیماران مراجعه کننده به بخش اندوسکوپی بیمارستان امام رضا مشهد انجام شد. جمعیت مورد مطالعه شامل ۱۵۲ نفر که شرایط ورود به مطالعه را داشتند، بودند که به طور تصادفی در دو گروه مداخله و کنترل قرار گرفتند. در ابتدا فرم رضایت آگاهانه و پرسش نامه ی اطلاعات دموگرافیک و سپس پرسش نامه ی اضطراب آشکار اشمیل تکمیل شد. پس از آن گروه مداخله تحت استنشاق اسانس بابونه و گروه کنترل تحت استنشاق پلاسبو به مدت بیست دقیقه قرار گرفتند و ده دقیقه پس از اتمام استنشاق، مجدداً اضطراب اندازه گیری و ارزیابی تأثیر مداخله بررسی شد. تحلیل داده ها بوسیله ی نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ و با استفاده از آزمون های تی مستقل، تی زوجی، کلموگروف - اسمیرنوف، کای دو و فیشر انجام پذیرفت.

یافته ها:

میانگین سنی افراد شرکت کننده در این مطالعه ۴۲/۰۵ بود. ۴۱/۳۳ درصد مرد بودند. میانگین اضطراب بعد استنشاق در گروه مداخله $۳۵/۸۹ \pm ۸/۴۰$ و در گروه کنترل $۹/۲۵ \pm ۳۹/۸۸$ بود که در هر دو گروه کاهش داشته است ولی در گروه مداخله کاهش معنی دار بود ($P < ۰/۰۰۷$).

نتیجه گیری:

یافته های پژوهش نشان داد استنشاق اسانس بابونه بر کاهش اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی مؤثر بوده است.

کلید واژه: اضطراب، اندوسکوپی، استنشاق اسانس بابونه

گوارش/ دوره ۲۲، شماره ۴/ زمستان ۱۳۹۶-۲۳۸-۲۳۲

* نویسنده مسئول: حسن خلیلی

ایران، خراسان رضوی، سبزوار، دانشگاه علوم پزشکی سبزوار،

دانشکده ی پرستاری و مامایی

تلفن و نمابر: ۰۵۱-۴۴۰۱۱۳۰۰

پست الکترونیک: khalili894@gmail.com

تاریخ دریافت: ۹۶/۷/۲۶

تاریخ اصلاح نهایی: ۹۶/۹/۲۲

تاریخ پذیرش: ۹۶/۹/۲۳

زمینه و هدف:

در عصر حاضر بیماری های مختلف، از جمله بیماری های گوارشی شیوع زیادی پیدا کرده است. متعاقباً کاربرد روش های تشخیصی این گونه بیماری ها افزایش و پیشرفت روز افزون خواهد داشت. یکی از این روش های تشخیصی، اندوسکوپی دستگاه گوارش است. اندوسکوپی فوقانی دستگاه گوارش (EGD یا Esophagogastroduodenoscopy) از رایج ترین راه های تشخیصی - درمانی دستگاه گوارش است که می تواند به علت تهاجمی بودن باعث ترس و اضطراب بیماران گردد. اضطراب از مشکلات اساسی بیماران در انتظار اعمال تشخیصی است و احساس ناخوشایند و مبهمی است که اغلب علائمی نظیر سردرد، تعریق، تپش

و غلظت آن طول اثر یک تا چند ساعته دارند. از گیاهان پرکاربرد بابونه می باشد که گیاهی بی خطر شناخته شده و استفاده از آن توسط سازمان غذا و داروی آمریکا بی خطر اعلام شده است. (۱۴) همچنین یکی از گیاهانی است که در طب سنتی به عنوان آرام بخش و کمک کننده در خواب به کار رفته است. این گیاه خودرو از خانواده گیاهان کاسنی می باشد و از گل‌های آن به صورت خشک شده یا اسانس برای درمان بیماری‌ها استفاده می شود. (۱۵ و ۱۶) اپی ژنین موجود در عصاره بابونه به عنوان لیگاندی برای رسپتور بنزودیازپین می باشد و در نتیجه دارای اثرات ضد اضطراب و آرام بخش بوده و برخلاف دیازپام باعث اختلال حافظه نمی شود. (۱۶) با نظر به اینکه اضطراب یکی از تجربیات رایج کلیه مداخلات تشخیصی درمانی از جمله اندوسکوپی دستگاه گوارش بوده که کاربرد بالینی بالایی برخوردار است، و با توجه به سابقه بالینی که پژوهشگر شاهد بوده که اغلب بیماران قبل از مداخله دچار اضطراب می شوند و به طور معمول از روش های دارویی جهت کاهش اضطراب استفاده می شود و عوارض جانبی داروها اجتناب ناپذیر است و استفاده از آن به طور روتین توصیه نمی گردد و در کل در اکثر مراکز درمانی تدابیر خاصی برای پایین آوردن اضطراب در بیماران کاندید اندوسکوپی استفاده نمی شود. همچنین پرستاران مهارت های خود را در این زمینه، که بالطبع منجر به پیشرفت و توسعه و نشان دادن توانمندی بیشتر حرفه پرستاری می گردد، به کار نمی گیرند. لذا پژوهشگر بر آن شد که اضطراب بیماران کاندید عمل اندوسکوپی را از طریق رایحه درمانی با گیاه بابونه مورد بررسی قرار داده و در صورت مؤثر بودن به عنوان یک اقدام غیر تهاجمی و با کمترین عوارض بتوان از نتایج این تحقیق در کنترل اضطراب بیماران قبل از اندوسکوپی استفاده کرد.

روش بررسی:

این مطالعه یک پژوهش از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی شده است که با هدف کلی تعیین تأثیر استنشاق اسانس بابونه بر اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی دستگاه گوارش فوقانی مراجعه کننده به بخش اندوسکوپی بیمارستان امام رضا مشهد در خرداد ۹۶ انجام شد. افراد با تخصیص تصادفی در گروه مداخله و یا کنترل قرار گرفتند. نمونه گیری از نوع آسان بود و تا رسیدن به تعداد مورد نظر برای هر گروه ادامه یافت. واحد های پژوهش از اینکه در کدام گروه قرار می گیرند، آگاه نبودند. پس از اتمام نمونه گیری داده ها کد بندی شده و بدون مشخص بودن نام گروه مداخله و کنترل (با کد ۱ و ۲ مشخص شد) وارد نرم افزار SPSS شد و سپس جهت تجزیه و تحلیل در اختیار تحلیل گر مطالعه قرار گرفت. به این صورت تحلیل گر آماری و واحد های پژوهش از این که افراد در کدام گروه واقع می شوند، اطلاع نداشتند و می توان گفت مطالعه دو سو کور بوده است.

حجم نمونه با میزان اطمینان ۹۵٪ و توان آزمون ۸۰٪ و با در نظر گرفتن احتمال ریزش، برای هر گروه ۷۶ نفر محاسبه شده است. معیار های ورود به مطالعه شامل داشتن رضایت کتبی آگاهانه، داشتن دستور جهت انجام اندوسکوپی دستگاه گوارش فوقانی، سن ۷۰-۱۸ سال، داشتن حس بویایی و چشایی سالم و توانایی تکلم و درک زبان فارسی و معیار های خروج شامل سابقه ی مصرف داروهای آرام بخش، اعتیاد، سابقه ی داشتن بیماری های

قلب، بی قراری، احساس تنگی در قفسه ی سینه و ناراحتی مختصر معده نیز با آن همراه است. (۱) اضطراب ناشی از اندوسکوپی در چهار گروه: اختلالات حسی مثل درد، پیامدهای نامناسب مثل ترس از تشخیص سرطان، عدم کارایی مثل اطلاعات ناکافی از اقدام درمانی و علل متفرقه مثل ترس از پزشک قرار می گیرد. (۲) مطالعات نشان می دهد که ۸۶٪ افراد جوامع مختلف به اندوسکوپی دستگاه گوارش فوقانی نیاز پیدا می کنند. اندوسکوپی این نواحی از دو بعد دارای اهمیت بالینی می باشد: اولاً امکان مشاهده قسمت های مختلف دستگاه گوارش را برای پزشک مهیا می سازد، ثانیاً پزشک را قادر به گرفتن نمونه از بافت مخاطی گوارش از طریق بیوپسی و سیتولوژی می نماید که می تواند اطلاعات تشخیصی مفیدی را فراهم آورد. (۳) طبق مطالعه ای که گینسلین^۱ (۲۰۱۲) انجام داد، نشان داد که ۶۷٪ افراد مراجعه کننده جهت اندوسکوپی دچار اضطراب می شوند. (۴) همچنین در پژوهشی دیگر که توسط پهلوان^۲ و همکاران که به بررسی سطح اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی پرداخته بود، سطح اضطراب ۵۷/۳٪ گزارش شده است. (۵) اضطراب فقط ناشی از اندوسکوپی نمی شود بلکه عوارض آن مثل خونریزی، پارگی و بلع دردناک می شود. (۶) سطوح بالای اضطراب می تواند باعث انجام اقدام به صورت ناکامل، دردناک و دشوار و باعث افزایش مصرف داروهای آرام بخش و ایجاد عوارض ناشی از آنها شود. (۷) در کل دو نوع روش دارویی و غیر دارویی جهت کاهش اضطراب در بیماران به کار می رود. همه درمان های دارویی در کاهش اضطراب احتیاج به تجویز پزشک دارند. در مطالعه ای مطرح شده است که شایع ترین عارضه اندوسکوپی فوقانی ناشی از واکنش های دارویی متفرقه، عارضه ی قلبی ریوی می باشد و این عارضه را بیشتر ناشی از تجویز خیلی سریع یا میزان بالای دارو می دانند. همچنین انسداد سیستم تنفسی، اضطراب، آنمی، بیماری قلبی، دهیدراتاسیون، ادم ریوی و شوک نیز در اندوسکوپی ها به دنبال استفاده از آرام بخش ها مطرح می باشد. (۸) امروزه با توجه به عوارض جانبی داروهای شیمیایی، هزینه گزاف تهیه مواد اولیه این داروها، مقبولیت پایین داروهای شیمیایی در بین مردم و منع مصرف این داروها در برخی افراد و از طرفی گرایش مشتاقانه عمومی به استفاده از داروهای گیاهی، تنوع بالا و عوارض جانبی ناچیز آن ها، باعث گرایش محققین به انجام مطالعه بر روی داروهای گیاهی شده است. (۹) هدف عمده در زمان قبل از تکنیک های درمانی به حداکثر رساندن سلامت فیزیولوژیک و روانی بیمار است و کمک به بیمار در جهت تطابق با شرایط و اضطراب ناشی از آن از مسئولیت های مهم پرستاران می باشد. (۱۰)

یکی از درمان هایی که در مقایسه با سایر درمان های طب مکمل در رابطه با اضطراب روند رو به رشدی داشته است، رایحه درمانی می باشد. این درمان در میان پرستاران دومین درمان طب مکمل است که بیشترین کاربرد را در بالین دارد. (۱۱) رایحه درمانی به استفاده از روغن های فرار یا آرومای استخراج شده از گیاهان معطر برای اهداف درمانی گفته می شود. (۱۲) در طی مدت زمان بیست دقیقه استنشاق اسانس های گیاهی، غلظت آن ها در خون به حداکثر می رسد. (۱۳) بسته به عوامل مختلف از جمله نوع اسانس

1. Gebbensleben
2. Pehlivan

کدام ۷۶ نفر انجام شد. اطلاعات توصیفی مطالعه در جدول ۱ خلاصه شده است، مطابق یافته های این پژوهش و انجام آزمون های آماری فیشر و کای دو و کلموگروف - اسمیرنوف بر روی این یافته ها، با سطح معناداری ۰/۰۵ تفاوت آماری معنی داری بین دو گروه پلاسبو و اسانس بابونه از نظر سن، جنس، سطح تحصیلات، وضعیت تأهل، شغل، وضعیت بیمه، محل سکونت و اضطراب قبل وجود نداشت و تقریباً همگون بودند و توزیع متغیرها نرمال بود ($p < 0/05$). میانگین و انحراف معیار نمره ی اضطراب قبل در گروه مداخله $45/21 \pm 9/622$ و در گروه کنترل $10/802 \pm 44/30$ بود. که با توجه به جدول ۲، تفاوت معنی دار وجود نداشت ($p = 0/578$). این مقدار پس از انجام استنشاق اسانس بابونه و پلاسبو در دو گروه تفاوت داشت ولی در گروه مداخله تفاوت معنی دار بود. به این صورت که میانگین و انحراف معیار نمره ی اضطراب بعد در گروه مداخله $35/89 \pm 8/407$ و در گروه کنترل $39/88 \pm 0/255$ و دست آمد و با توجه به جدول ۳ که نتیجه ی آزمون تی مستقل را نشان می دهد مقایسه ی نمره ی اضطراب بعد مداخله دو گروه تفاوت معنا دار را نشان می دهد و نتیجه می گیریم که در این مطالعه استنشاق اسانس بابونه بر اضطراب اندوسکوپیی مؤثر بوده و آن را کاهش داده است ($p = 0/007$).

بررسی نتایج آزمون تی مستقل جهت اضطراب قبل مداخله نشان داد که میانگین نمره ی اضطراب قبل در گروه های مورد مطالعه، در زنان بیشتر از مردان بوده است ولی این اختلاف از نظر آماری معنی دار نبود ($p = 0/352$). همچنین میانگین نمره ی اضطراب در گروه های مورد مطالعه در سطح تحصیلات دیپلم و سپس دانشگاهی بالاتر از دیگر گروه ها بود ولی این اختلاف از نظر آماری معنی دار نبود ($p = 0/552$). میانگین نمره ی اضطراب در گروه های مورد مطالعه در گروه های سنی مختلف متفاوت بود ولی از نظر آماری معنی دار نبود ($p = 0/422$). میانگین نمره ی اضطراب در گروه های مورد مطالعه در افراد مطلقه و بیوه و سپس متأهل بیشتر از افراد مجرد بود ولی تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود ($p = 0/930$).

بحث:

نتیجه ی این مطالعه نشان داد که استنشاق اسانس بابونه اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپیی را کاهش می دهد. با توجه که میزان اضطراب تحت تأثیر عواملی چون سن، جنس، تحصیلات و دیگر عوامل قرار دارد، در دو گروه مداخله و کنترل مقایسه این عوامل صورت گرفت و نتایج تفاوتی بین دو گروه را نشان نداد و دو گروه همگون بودند. پس می توان نتیجه گرفت که اسانس بابونه بر کاهش اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپیی مؤثر می باشد. در مطالعه ی آمستردام^۲ جی دی و همکاران (۲۰۰۹) در پنسیلوانیا، پژوهشی با هدف ارزیابی اثر گیاه بابونه بر روی اضطراب عمومی با شدت خفیف و متوسط در بیماران بالاتر از ۱۸ سال به صورت کار آزمایشی بالینی دو سو کور بر روی ۵۷ نفر در مرکز پژوهشی افسردگی دانشگاهی پنسیلوانیا انجام دادند که ۲۸ نفر در گروه کنترل (پلاسبو) و ۲۹ نفر در گروه شاهد قرار گرفتند. به گروه کنترل در شروع روزانه یک

روانی و آلرژیک و تنفسی، باردار بودن، درد شدید در زمان مراجعه جهت اندوسکوپیی و داشتن سابقه اندوسکوپیی قبلی می باشد. ابزار گردآوری داده ها پرسش نامه اضطراب آشکار اسپیل برگر و پرسش نامه ی اطلاعات دموگرافیک بود. روایی و پایایی علمی پرسشنامه آشکار اسپیل برگر در سال ۱۹۸۳ توسط اسپیل برگر و در ایران در پژوهشی با عنوان "هنجاریابی آزمون اضطراب اسپیل برگر" توسط مهرا و همکاران (۱۳۷۳) بر روی ۶۰۰ نفر انجام شده است، برقرار گشته است. (۱۷) در مطالعه ی حاضر نیز پایایی این پرسش نامه با روش آلفای کرونباخ ۰/۹۲ به دست آمد.

جهت به دست آوردن روایی فرم انتخاب واحد پژوهش و پرسش نامه ی اطلاعات دموگرافیک، از روش سنجش اعتبار محتوا استفاده شد. در این راستا مطالعات مشابه و مرتبط با موضوع پژوهش بررسی شد و سپس فرم ها تنظیم و در اختیار ده تن از اعضای محترم هیات علمی دانشکده ی پرستاری دانشگاه علوم پزشکی سبزوار قرار گرفت. پس از انجام اصلاحات پیشنهادی و تأیید نهایی ایشان در پژوهش مورد استفاده قرار گرفت. پایایی این دو فرم به دلیل تکرار زیاد سؤالات موجود در آن ها در دیگر مطالعات مورد تأیید است. پس از تأیید کمیته ی اخلاق دانشگاه علوم پزشکی سبزوار نمونه گیری به صورت اسان و با تخصیص تصادفی به دو گروه مداخله و کنترل انجام شد. لازم بود روزهای نمونه گیری گروه مداخله و کنترل متفاوت باشد چرا که از پخش شدن اسانس در محیط نمی توان جلوگیری کرد. پس از بررسی واحد پژوهش جهت دارا بودن شرایط ورود به مطالعه و کسب رضایت آگاهانه ی کتبی پرسش نامه ی اضطراب آشکار اسپیل برگر توسط وی تکمیل شد. اسانس بابونه و روغن کنجد مورد استفاده در مطالعه از شرکت گیاه اسانس گرگان تهیه شد که اسانس آن از بابونه آلمانی (با نام علمی Matricaria chamomilla) اخذ شده بود. استنشاق بوسیله ی چکاندن قطرات با قطره چکان بر روی گاز استریل و سپس الصاق آن به یقه ی لباس واحد پژوهش انجام شد، به این صورت که به مدت بیست دقیقه، گروه مداخله تحت استنشاق هفت قطره اسانس بابونه که با انحلال در روغن کنجد به غلظت ۱۰ درصد رسیده بود و گروه کنترل تحت استنشاق هفت قطره روغن کنجد (پلاسبو) قرار گرفتند. لازم به ذکر است که تا کنون هیچ گونه تأثیر درمانی و حساسیت از طریق استنشاق از روغن کنجد گزارش نشده است (۱۸) و این روغن بدون بو و مانند دیگر روغن های گیاهی به رنگ طلایی می باشد. ده دقیقه پس از پایان استنشاق اسانس بابونه و پلاسبو در دو گروه، مجدداً همان پرسش نامه توسط واحد پژوهش تکمیل و سپس اندوسکوپیی بیمار انجام می گرفت. بدین صورت اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپیی در دو مرحله ی قبل و بعد مداخله اندازه گیری شد. پس از اتمام نمونه گیری، پرسش نامه های پر شده کد گذاری و وارد نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ شد و با استفاده از آزمون های آماری کای دو، فیشر، کلموگروف - اسمیرنوف، تی زوجی و تی مستقل مورد تحلیل قرار گرفت.

یافته ها:

گروه بندی جمعیت مورد مطالعه در دو گروه مداخله و کنترل، هر

جدول ۱: اطلاعات توصیفی و بررسی نرمال و همگن بودن داده ها

متغیر	اسانس بابونه	پلاسبو	P-Value
جنس *	مرد (۳۰)٪۳۸/۶۶	(۳۳)٪۴۴	۰/۵۰۶
	زن (۴۶)٪۶۱/۳۴	(۴۳)٪۵۶	
سن #	میانگین ۴۲/۲۲	۴۱/۸۸	۰/۴۱۰
	بی سواد (۲۰)٪۲۶/۶۶	(۱۳)٪۱۷/۳۴	
تحصیلات **	زیر دیپلم (۱۵)٪۲۰	(۱۶)٪۲۱/۳۴	۰/۳۹۳
	دیپلم (۱۹)٪۲۴	(۳۶)٪۳۴/۶۶	
تأهل **	مجرد (۱۸)٪۲۴	(۱۲)٪۱۶	۰/۳۸۸
	متأهل (۴۵)٪۶۰	(۵۳)٪۷۰/۶۶	
بیمه *	با بیمه (۶۶)٪۸۶/۶۶	(۶۷)٪۸۹/۳۳	۱/۰۰
	بدون بیمه (۱۰)٪۱۳/۳۴	(۹)٪۱۰/۶۴	
محل سکونت *	شهر (۶۵)٪۸۶/۶۶	(۶۸)٪۹۰/۶۷	۰/۴۵۲
	روستا (۱۱)٪۱۳/۳۴	(۸)٪۹/۳۳	
شغل *	شاغل (۳۱)٪۴۱/۳۴	(۳۹)٪۳۸/۶۶	۱/۰۰
	غیر شاغل (۴۵)٪۵۸/۶۶	(۴۷)٪۶۱/۳۴	
اضطراب قبل #	۴۵/۲۱ ± ۹/۶۶۲	۴۴/۳۰ ± ۱۰/۸۰۲	۰/۶۲۰
اضطراب بعد #	۳۵/۸۹ ± ۸/۴۰۷	۳۹/۸۸ ± ۹/۲۵۵	۰/۶۸۹

* فیشر ** کای دو # کلموگروف - اسمیرنوف

جدول ۲: بررسی اضطراب قبل از مداخله در دو گروه اسانس بابونه و پلاسبو

میانگین و انحراف معیار	Df	آماره t	سطح معنی داری
اسانس بابونه ۴۵/۲۱ ± ۹/۶۶۲	۷۳	۰/۵۵۹	۰/۵۷۸
پلاسبو ۴۴/۳۰ ± ۱۰/۸۰۲			

جدول ۳: بررسی اضطراب بعد از مداخله در دو گروه استنشاق اسانس بابونه و پلاسبو

میانگین و انحراف معیار	Df	آماره t	سطح معنی داری
اسانس بابونه ۳۵/۸۹ ± ۸/۴۰۷	۱۷۳	۰/۲	۰/۰۰۷
پلاسبو ۳۹/۸۸ ± ۹/۲۵۵			

بستری مبتلا به اختلالات کرونری که کاندید آنژیوگرافی عروق کرونر و بستری در واحد مراقبت های ویژه بودند، انجام شد. نتایج نشان داد که آروماتراپی با اسانس های بابونه، اسطوخدوس و شکوفه ی پرتقال می تواند باعث کاهش اضطراب و بهبود کیفیت خواب بیماران بستری در بخش های ویژه شود. (۲۰)

مطالعه ی لانگورست و همکاران (۲۰۱۳)، با عنوان مقایسه ی دو روش درمان دارویی و درمان گیاهی بر روی ۹۶ بیمار مبتلا به کولیت اولسراتیو نشان داد که درمان گیاهی با عصاره ی بابونه و قهوه بر بهبود

کپسول ۲۲۰ میلی گرمی بابونه برای یک هفته و سپس دو عدد کپسول روزانه در هفته دوم و سه عدد روزانه در هفته ی سوم و چهار عدد روزانه در هفته ی چهارم و نهایتاً پنج کپسول روزانه در هفته ی پنجم داده شده است و به مدت هشت هفته با همین روال افزایش دوز درمان ادامه داده شد. نتایج نشان می دهد که بابونه ممکن است میزان اضطراب در بیماران اختلال اضطرابی خفیف تا متوسط را کاهش دهد. (۱۹)

نتیجه ی مطالعه ی چو و همکاران (۲۰۱۳)، با عنوان تأثیر آروماتراپی پوستی بر فشارخون، اضطراب و کیفیت خواب بر روی ۵۶ نفر بیمار

در گروه اسانس بابونه تفاوت از نظر آماری معنی دار بوده است. این بدان معنی است که در این مطالعه بابونه بر کاهش اضطراب مؤثر بوده است. از این خاصیت بابونه می توان در موقعیت های اضطراب آور مختلف استفاده کرد و از طرفی با عوارض ناخواسته جانبی که در مصرف داروهای شیمیایی بروز می کند، مواجه نشد.

سیاسگزاری:

این مقاله حاصل پایان نامه ی کارشناسی ارشد پرستاری گرایش داخلی - جراحی بالینی از دانشگاه علوم پزشکی سبزوار می باشد. به این وسیله از دانشگاه علوم پزشکی سبزوار، واحد آموزش و کلیه ی پرسنل بخش اندوسکوپی بیمارستان امام رضاع) مشهد و تمامی بیماران گرامی مراجعه کننده به این بخش که در تدوین و نگارش این پژوهش کمال همکاری را داشته اند، صمیمانه سیاسگزاری می کنم. اطلاعات مربوط به این مطالعه با دریافت کد اخلاق به شماره ی IR.MEDSAB.REC.1395.125 از معاونت محترم تحقیقات و فناوری دانشگاه علوم پزشکی سبزوار در پایگاه ثبت کارآزمایی های بالینی ایران با شماره ی IRCT2017051533977N1 ثبت گردیده است.

این بیماران مؤثرتر از درمان با داروی مزالازین بوده است و علایم گوارشی را بیشتر کاهش می دهد. آن ها در مطالعه ی خود، بیان کردند که بابونه علاوه بر کاهش علایم گوارشی دارای اثرات آرام بخشی، ضد دردی و تسکینی می باشد. (۲۱) در مطالعه ی مدرس و همکاران (۱۳۹۱)، یک کارآزمایی بالینی سه سو کور که بر روی ۱۰۵ زن باردار با عنوان مقایسه اثر کپسول خوراکی زنجبیل و بابونه بر تهوع و استفراغ دوران بارداری پرداختند نشان داد که کپسول های خوراکی بابونه در مقایسه با زنجبیل و پلاسبو در کاهش علایم تهوع و استفراغ ناشی از بارداری مؤثرتر است. (۲۲) با توجه به مطالعات مدرس و لانگورست درباره ی خواص بابونه، این گیاه می تواند علاوه بر کاهش اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی علایم گوارشی حین و بعد اندوسکوپی مثل تهوع و اغ زدن را نیز بهبود بخشد. این مطالعات به بررسی تأثیر بابونه با به کارگیری روش های مختلف و در موارد کاربردی متفاوت پرداخته است که اثر خاصیت آرام بخشی و ضد اضطرابی بابونه را تأیید می کنند. مطالعه ی حاضر نیز به بررسی تأثیر استنشاق اسانس بابونه بر اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی پرداخت که نتایج نشان داد که با سطح اطمینان ۹۵ درصد، استنشاق اسانس بابونه به طور معناداری نسبت به استنشاق روغن کنجد به عنوان پلاسبو بر کاهش اضطراب بیماران کاندید اندوسکوپی مؤثر بود.

نتیجه گیری:

نتایج نشان داد که در هر دو گروه مداخله و کنترل، کاهش نمره ی اضطراب بعد مداخله نسبت به قبل مداخله وجود داشته است ولی فقط

REFERENCES:

1. Sadock BJ, Sadock VA. Kaplan and Sadock's comprehensive textbook of psychiatry. Rafiei H, Rezaei F. (translators). 9th ed. Tehran: Arjmand; 2008;135-9.
2. Maguire D, Walsh JC, Little CL. The effects of information and Couns behavioral training on endoscopy patients clinical outcomes. *Patient Educ* 2004;54:61-5.
3. Kowsalya R, Akila P, Malarvizhi M, Porkodi A. Effectiveness of Behavioural Intervention on Anxiety and Tolerance among Gastroscopy Patients. *Inter Sci Res (IJSR)* 2015;4:827-30.
4. Gebbensleben B, Rohde H. Anxiety before gastrointestinal Endoscopy – a significant problem? *Dtsch Med Wochenschr* 1990;115:1539-44.
5. Pehlivan S, Ovayolu N, Koruk M, Pehlivan Y, Ovayolu O, Gulsen MT. Effect of providing information to the patient about upper gastrointestinal endoscopy on the patient's perception, compliance and anxiety level associated with the procedure. *Turk J Gastroenterol* 2011;22:7-10.
6. Ersoz F, Toros AB, Aydogan G, Bektas H, Ozcan O, Arikan S. Assessment of anxiety levels in patients during elective upper gastrointesti-nal endoscopy and colonoscopy. *Turk J Gastroenterol* 2010;21:29-33.
7. El-Hassan H, McKeown K, Muller AF. Clinical Trial: Music Reduces Anxiety Levels in Patients Attending for Endoscopy. *Aliment Pharmacol Ther* 2009;30:718-24.
8. Nobahar M, Moosavi S, Vafae AA. The Complications of Upper during Gastrointestinal Endoscopy in Patients Referring to Semnan Fatemiah Hospital 1991-2001. *J Kermanshah Univ Med Sci* 2004;8:28-34.
9. Roozbahani N, Jabbari Z, Yazdi S. The comparison of Shirazi thymus vulgaris and mefenamic acid effects on primary dysmenorrheal. *Arak Med Univ J* 2006;8:7-23.
10. Pudner R. Nursing the surgical patient. 2nd ed. Philadelphia:Elsevier; 2005.
11. Marline S, Laraine K. Foundation of aromatherapy. *Lippincott* 2008;22:3-9.
12. Kyle G. Evaluating the effectiveness of aromatherapy in reducing levels of anxiety in palliative care patients: results of a pilot study. *Complement Ther Clin Pract* 2006;12:55-148.
13. Cassella JP, Cassella S, Ashford RL Use of essential oil therapies in immunocompromised patients. *J Antimicrob Chemother* 2000;45:550-1.
14. Zargri A. Medicinal plants. Tehran, Iran: Publishing and Printing Institute; 2004.

15. Modarres M, Mirmohamadali M, Oshrieh Z, Mehran A. Comparison of the effect of Mefenamic Acid and matricaria camomilla capsules on primary dysmenorrhea. *J Babol Univ Med Sci* 2011;13:50-8.
16. Abdullahzadeh M, Naji S. The effect of matricaria chamomilla on sleep quality of elderly people admitted to nursing homes. *Iran J Nurs Care Res* 2014;27:69-79.
17. Mahram B. Standardize of Speilberger test in Mashhad City [dissertation]. Mashhad: *Alameh Tabatabaie Univ* 1994.
18. Mirmohammad ali M, Khazaie F, Modarres M, Rahimiki-an F, Rahnama P, Bekhradi R, et al. The Effect of Lavender Essential Oil on Anxiety of Intra Uterine Device Insertion. *JMP* 2013;2:60-65.
19. Amsterdam JD, Liy, Seoller I; et al. A Randomized, double blind, placebo-controlled trial of oral Matricaria recutita (chamomile) extract therapy for generalized anxiety disorder. *J Clin Psychopharmacol* 2009;29:378-82.
20. Cho MY, Min ES, Hur MH, Lee MS. Effects of Aromatherapy on the Anxiety, Vital Signs, and Sleep Quality of Percutaneous Coronary Intervention Patients In Intensive Care Units. *Evid Based Complement Alternat Med* 2013;2013:381-7.
21. Langhorst J, Varnhagen I, Schneider SB, Albrecht U, Rueffer A, Stange R, et al. Randomized Clinical Trial: A Herbal Preparation of Myrrh Chamomile and Coffee Charcoal Compared With Mesalazine in Maintaining Remission in Ulcerative Colitis – A Double-Blind, Double-Dummy Study. *Aliment Pharmacol Ther* 2013;38:490-500.
22. Modares M, Besharat S, Rahimi Kian F, Besharat S, Mahmoudi M, Salehi Sourmaghi H. Effect of Ginger and Chamomile capsules on nausea and vomiting in pregnancy. *J Gorgan Uni Med Sci* 2012;14:46-51.