

تأثیر شوخی درمانی بر شدت درد سالمندان ساکن در خانه‌های سالمندان شهر مشهد

شهره بهروز^{۱*} هادی کوشیار^۲ سید رضا مظلوم^۳ ناهید عاقبتی^۴ نگار اصغری پور^۵ حمیدرضا بهنام و شانی^۶

۱. دانشجوی کارشناس ارشد پرستاری سالمندی، دانشکده پرستاری مامایی مشهد، ایران
۲. دکتری تخصصی سالمند شناسی، استادیار دانشکده پرستاری مامایی مشهد، مشهد، ایران
۳. دکتری آموزش پرستاری، عضو هیئت علمی آموزشی دانشکده پرستاری مامایی مشهد، مشهد، ایران
۴. دکتری تخصصی آموزش پرستاری، استادیار دانشکده پرستاری مامایی مشهد، مشهد، ایران
۵. استادیار روانشناسی بالینی، مرکز تحقیقات روانپزشکی و علوم رفتاری، بیمارستان ابن سینا، دانشکده پزشکی، دانشگاه علوم پزشکی مشهد، ایران
۶. کارشناس ارشد آموزش پرستاری، عضو هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی مشهد، مشهد، ایران

زمینه و هدف:

در ایران در سال ۲۰۰۶، شیوع دردهای مزمن در سالمندان ۶۰-۹۰ ساله، ۶۷ درصد گزارش شد که این میزان در سالمندان مقیم خانه سالمندان ۷۲ درصد بود. دردهای مزمن در سالمندان اغلب باعث تنهایی، ایزوله اجتماعی، افسردگی، نقص در عملکرد حرکتی و بروز ناتوانی‌ها و افزایش شدید هزینه‌های بهداشتی می‌شود که نقش تخریب‌کننده‌ای برای سالمندان دارد. درمان دارویی در سالمندان با توجه به مخاطرات آن توصیه نمی‌شود. شوخی-درمانی یکی از درمان‌های طب مکمل محسوب می‌شود که از تکنیک حواس‌پرتی استفاده می‌نماید. با توجه به شیوع بالای درد مزمن در سالمندان و از آنجایی که شوخی‌درمانی یک مداخله ارزان و بدون عارضه می‌باشد، پژوهشگر بر آن شد تا تأثیر شوخی‌درمانی بر شدت درد را در سالمندان مطالعه نماید.

مواد و روش‌ها:

این کارآزمایی بالینی تصادفی دو گروهه، با شرکت ۵۵ سالمند در دو گروه مداخله (۲۸ نفر) و کنترل (۲۷ نفر) در دو خانه سالمندان مشابه انجام شد. معیارهای ورود شامل سن ۸۵-۶۰ سال و داشتن درد مزمن بیش از ۳ ماه بود. نمونه‌گیری به روش در دسترس و تخصیص به دو گروه بصورت تصادفی انجام شد. شدت درد با پرسشنامه‌ی تعدیل‌شده آلمانی کوتاه درد که‌روا و پایا شده بود، قبل از جلسه اول و بعد از جلسه سوم و ششم اندازه‌گیری شد. شوخی‌درمانی به مدت ۶ هفته، هر هفته یک جلسه‌ی ۶۰ دقیقه‌ای، با روش‌های طنزآمیز شامل نمایش ویدیو کلیپ، اجرای بازی، پخش موزیک و لطیفه‌های طنز انجام شد. نتایج با آزمون تی مقایسه شد.

یافته‌ها:

میانگین سنی $5/5 \pm 73/8$ سال بود و ۷۰/۹ درصد افراد را زنان تشکیل می‌دادند. نمره شدت درد قبل از مداخله در دو گروه همگن بود ($P=0/905$)، اما در جلسه سوم بعد از مداخله، در گروه مداخله ($4/67 \pm 1/3$) کمتر از گروه کنترل ($6/14 \pm 1/09$) و در جلسه ششم بعد از مداخله نیز، در گروه مداخله ($3/64 \pm 0/86$) بصورت معنی‌داری کمتر از گروه کنترل ($6/96 \pm 0/85$) بود ($P < 0/001$). میزان شدت درد در قبل و بعد از هر شش جلسه در گروه مداخله، روندی رو به کاهش داشت.

بحث و نتیجه‌گیری:

شوخی‌درمانی با کاهش ۹۱/۲ درصدی شدت درد، می‌تواند به‌عنوان یک فاکتور کاهنده‌ی شدت درد در سالمندان باشد؛ که با توجه به کم‌هزینه و بی‌عارضه بودن، کاربرد آن در سالمندان توصیه می‌شود.

واژه‌های کلیدی

شوخی‌درمانی، شدت درد، درد مزمن، سالمندان