

# تأثیر آرام سازی بنسون

www.ketab.ir

طاهره طالب پور

پریا کهن آریانی

حوریه رضا قلی

- سرشناسه : طالب پور، طاهره، ۱۳۶۹
- عنوان و نام پدیدآور : تأثیر آرام سازی بنسون / طاهره طالب پور، پریا کهن آریایی، حوریه رضاقلی
- مشخصات نشر : کرج: انتشارات فروردین، ۱۳۹۹.
- مشخصات ظاهری : ۱۳۴ص.
- شابک : 978-622-97186-7-4
- وضعیت فهرست نویسی : فیفا
- موضوع : فشار روانی، کنترل، جنبه های روانشناختی، نمونه پژوهی
- موضوع : جراحی لاپاروسکوپی، آرامیدگی پیشرونده عضلات- گزارش های بالینی
- شناسه افزوده : کهن آریانی، ۱۳۷۳ و رضاقلی ۱۳۷۳
- رده بندی کنگره : BF۷۲۴/۳
- رده بندی دیویی : ۵۵۲
- شماره کتابشناسی ملی : ۱۵۷۴۱۵۷
- نام کتاب : تأثیر آرام سازی بنسون
- نام نشر: فروردین، ۱۳۹۹
- طراح جلد : امیرحسین میدانی
- نوبت چاپ : اول ۱۳۹۹ شمارگان: ۱۰۰ نسخه
- قیمت: ۴۵۰۰۰ تومان
- شابک : ۹۷۸-۶۲۲-۹۷۱۸۶-۷-۴
- چاپ : شبدا

آدرس انتشارات: البرز، کرج، چهارراه طالقانی بعد از هلال احمر برج نارین

ط ۴ واحد ۸ تماس ۰۹۱۲۱۶۴۰۹۹۱ - ۳۴۴۸۵۹۴۹

## فهرست مطالب

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| پیشگفتار.....                                     | ز   |
| فصل اول کلیات .....                               | ۱   |
| فصل دوم تکنیک آرام سازی عضلانی بنسون .....        | ۱۱  |
| فصل سوم اضطراب و استرس .....                      | ۲۱  |
| فصل چهارم افسردگی .....                           | ۳۱  |
| فصل پنجم پیشینه مطالعات .....                     | ۴۱  |
| فصل ششم نمونه پژوهش .....                         | ۵۵  |
| فصل هفتم تجزیه و تحلیل داده های پژوهش نمونه ..... | ۶۲  |
| فصل هشتم بحث و نتیجه گیری .....                   | ۹۵  |
| منابع .....                                       | ۱۱۱ |

## پیشگفتار

امروزه اضطراب برای بسیاری از انسان‌ها به یک مسئله غیر قابل حل و خسته کننده تبدیل شده است، اما باید در نظر داشت که همه نگرانی‌ها مخرب نیستند و با برنامه‌ریزی دقیق می‌توانند از بین بروند. اضطراب بیش از حد یک بیماری روانی است که سلامت جسمی را در معرض خطر قرار می‌دهد. نگرانی‌ها غالباً نتیجه تفسیر غلط مردم از حقیقت است (کاپلان<sup>۱</sup>، ۲۰۰۷).

استرس بر همگان تأثیر می‌گذارد و هر عاملی ممکن است موجب استرس شود، به عنوان مثال تربیت فرزندان، فضای کار، مدیریت امور مالی یا کنار آمدن با یک رابطه چالش برانگیز (مانند جراحی)، نمونه‌هایی از عواملی هستند که می‌توانند عامل استرس باشند. استرس همه جا است اما در برخی موارد کمتر حس می‌شود. قابل ذکر است که کمی استرس مفید است اما استرس زیاد می‌تواند شخص را از بین ببرد و از نظر روحی و جسمی بیمار کند. اولین قدم برای کنترل استرس، شناختن علائم استرس است (یانگ و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۵)، اما تشخیص علائم استرس ممکن است دشوارتر از آن باشد که تصور می‌شود. یکی از عادات رایج انسان‌ها این است که تحت فشار قرار گیرند و تا زمانی که در نقطه شکست قرار نگیرند اغلب متوجه وجود استرس در خود نمی‌شوند. قابل ذکر است که

---

<sup>۱</sup> Kaplan

<sup>۲</sup> Yang & et al

یکی از مشکلات رایج بیماران تحت عمل جراحی، اضطراب است که پیامدهای ناخوشایندی را به دنبال دارد (مالمیر و همکاران، ۱۳۸۴). این کتاب با هدف بررسی تأثیر آرام‌سازی عضلانی بنسون بر سطح افسردگی، اضطراب و استرس و بیماران زن کاندید عمل جراحی لاپاراسکوپی تألیف شده است. جراحی لاپاراسکوپی که به آن جراحی با حداقل تهاجم<sup>۱</sup> نیز گفته می‌شود، یک روش جراحی مدرن است. مزایایی در جراحی لاپاراسکوپی در مقابل روش باز وجود دارد که این موارد شامل کاهش درد به دلیل برش‌های کمتر، خونریزی کاهش یافته و زمان بهبودی کوتاه‌تر است. عنصر کلیدی در این نوع جراحی استفاده از لاپاراسکوپ است، یک سیستم فبر نوری با کابل بلند که امکان مشاهده ناحیه آسیب‌دیده را از یک مکان دورتر، اغلب دسترسی آسان‌تر فراهم می‌کند. جراحی لاپاراسکوپی شامل عمل در حفره‌های شکم یا لگن است. ابزارهای خاص جراحی مورد استفاده در جراحی لاپاراسکوپی شامل پنس زنان و زایمان، قیچی، پروپ، پنس تشریح و قلاب است (یی و همکاران<sup>۲</sup>، ۲۰۱۷).

این کتاب حاصل یک کار پژوهشی مربوط به پایان نامه کارشناسی ارشد است. لذا در فصولی به نتایج یافته‌ها در خصوص تأثیر آرام‌سازی بنسون بر استرس، اضطراب و افسردگی بیماران زن کاندیدای عمل جراحی لاپاراسکوپی

پرداخته شده است. مؤلفین مطالعه‌ی این کتاب را به علاقه‌مندان توصیه نموده و از نظر خوانندگان برای بهبود کیفیت آن استقبال می‌کنند.

طالب پور، کهن آریایی، رضاقلی

www.ketab.ir