



دانشگاه علوم پزشکی  
و خدمات بهداشتی درمانی کرمان

دانشکده/مرکز تحقیقات پرستاری و مامایی رازی

پایان نامه مقطع کارشناسی ارشد رشته پرستاری داخلی - جراحی

عنوان  
بررسی تاثیر ماساژ رایچه درمانی ترکیبی بر افسردگی و اضطراب سالمندان  
مقیم  
سرای سالمندان شهر کرمان در سال ۱۳۹۷

توسط  
شیمای مهراپیان

اساتید راهنما  
دکتر بتول تیرگری-منصوره عزیززاده فروزی

اساتید مشاور  
دکتر هاله تاج الدینی-دکتر یونس جهان

سال تحصیلی (تیر ۹۸)

## چکیده:

**مقدمه و هدف:** اغلب اختلالات خلقی سالمندان به دلیل ناتوانی و کمبودهای این دوره، به صورت افسردگی و اضطراب بروز می‌کند. رایحه درمانی یکی از شاخه‌های طب مکمل می‌باشد؛ که دو شیوه مرسوم آن رایحه درمانی استنشاقی و ماساژ رایحه درمانی است و در برخی از مطالعات اثر ضد اضطراب و ضد افسردگی آن مورد بررسی قرار گرفته است. این مطالعه به منظور بررسی تاثیر ماساژ رایحه درمانی ترکیبی بر افسردگی و اضطراب سالمندان مقیم سرای سالمندان انجام گرفت.

**روش‌ها:** این تحقیق یک مطالعه مداخله‌ای از نوع دو گروهه بود که روی جامعه سالمندان و نمونه معادل ۳۸ نفر انجام گرفت. افراد به طور تصادفی در یکی از گروه‌های (مداخله یا کنترل) قرار گرفتند. مداخله به صورت ماساژ رایحه درمانی با استفاده از ترکیب روغن‌های اسطوخدوس، بابونه و رزماری برای گروه مداخله انجام گرفت. ابزار جمع‌آوری اطلاعات شامل فرم ثبت مشخصات دموگرافیک و پرسشنامه اضطراب و افسردگی بیمارستانی بود که با شیوه اندازه‌گیری‌های مکرر قبل از مداخله، انتهای هفته سوم، ابتدای هفته پنجم و انتهای هفته هفتم تکمیل گردید. داده‌ها پس از جمع‌آوری وارد نرم افزار آماری SPSS نسخه ۲۲ شدند. برای توصیف داده‌ها از شاخص‌های مرکزی، پراکندگی و تعداد و درصد استفاده شد. جهت مقایسه دو گروه از آزمون‌های آماری تی مستقل و مجذورکای و آزمون فیشر، آنالیز کواریانس و رگرسیون خطی و روش معادلات برآورد تعمیم یافته استفاده شد. میزان معناداری ( $p < 0.05$ ) در نظر گرفته شده است.

**یافته‌ها:** با بکارگیری ماساژ رایحه درمانی میانگین اضطراب در گروه مداخله از ۴/۰۶ ± ۱۱/۹۴ قبل از مداخله به ۰/۶۸ ± ۴/۴۳ بعد از مداخله بطور معنی‌داری کاهش یافت.

همچنین در مورد افسردگی نیز میانگین از  $3/2 \pm 9/94$  به  $0/73 \pm 2/5$  رسید که نشان می‌دهد، میانگین افسردگی نیز در مقایسه با قبل از مداخله بطوری معنی‌داری کاهش یافته است ( $p < 0.0001$ ).

**بحث و نتیجه گیری:** اضطراب و افسردگی سالمندان را می‌توان با روش ماساژ رایحه درمانی که هزینه و عوارض کمتری به دنبال دارد کاهش داد و به دنبال آن کیفیت زندگی بهتری برای این قشر آسیب‌پذیر فراهم نمود.

**کلمات کلیدی:** افسردگی، اضطراب، ماساژ رایحه درمانی، سالمندان

#### **Abstract:**

**Background and Objectives:** Most mood disorders in elderlies are characterized by depression and anxiety because of their disabilities. Aromatherapy is one of the branches of complementary and alternative medicine; the two most commonly used methods of which are inhalation aromatherapy and aromatherapy massage. This study investigated the effect of Aromatherapy massage on the depression and anxiety of elderly adults living in nursing homes.

**Methods:** This study was interventional, in which population were the elderly adults living in a nursing home. The sample consisted of 38 people (19 in each group) who were selected by convenience method and

randomly assigned into two groups (intervention or control). The intervention included aromatherapy massage using the combination of lavender, chamomile and rosemary oils for the Intervention group. The data collection tools including demographic questionnaires, the Hospital Anxiety Depression Scale were completed with repeated measurements before the intervention, at the end of the third week, at the beginning of the fifth week and at the end of the seventh week. Data were entered into SPSS19 and analyzed using central, dispersion indices, frequency and percentage, Chi-Square, Fisher, Independent t-test, and Covariance analysis, Linear regression, and Generalized estimating equation. The significance level was considered 0.05.

**Results:** According to the results, mean anxiety in the intervention group reached from  $11.94 \pm 4.06$  to  $4.43 \pm 0.68$ , and the mean depression reached from  $9.94 \pm 3.2$  to  $2.5 \pm 0.73$ , indicating that anxiety and depression significantly reduced compared with before intervention ( $p < 0.0001$ ).

**Conclusion:** Anxiety and depression of the elderly can be reduced by using the Aromatherapy Massage, which is a low-cost and non-invasive method, and subsequently a better quality of life can be provided for this vulnerable group.

**Keywords:** Depression, Anxiety, Aromatherapy Massage, Elderly



Kerman University of Medical Sciences

**Faculty of Nursing and Midwifery**

In Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree  
(PhD/MSc)

Title:

**Effect of aromatherapy massage on depression and anxiety of  
elderly adults living in the nursing homes of Kerman city in 2018.**

By:

**Shima Mehrabian**

Supervisors:

**1-Dr. Batool Tirgari/ 2-Mansooreh Azizzadeh Forouzi**

Advisors:

**1-Dr. Haleh Tajadini/ 2-Dr. Yunes Jahani**

Date (July/2019)



دانشگاه علوم پزشکی کرمان  
تحصیلات تکمیلی دانشگاه

بسمه تعالی

صور تجلسه دفاع از پایان نامه

تاریخ ۱۳۹۷/۰۴/۰۹

شماره ۹۸/۰۴/۲۹

پیوست.....

جلسه دفاعیه پایان نامه خانم شیما مهربان دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری داخلی جراحی ورودی ۹۶ تحت عنوان " بررسی تاثیر ماساژ رایحه درمانی ترکیبی بر افسردگی و اضطراب سالمندان مقیم سرای سالمندان شهر کرمان در سال ۱۳۹۷" به راهنمایی خانم دکتر بتول تیرگری و خانم منصوره عزیز زاده فروزی در ساعت ۱۲ روز شنبه مورخ ۹۸/۰۴/۲۹ با حضور اعضای محترم هیات داوران متشکل از:

سمت	نام و نام خانوادگی	امضا
الف : استاد راهنما	خانم دکتر بتول تیرگری خانم منصوره عزیز زاده فروزی	
ب : اساتید مشاور	خانم دکتر هاله تاج الدینی آقای دکتر یونس جهانی	—
ج : عضو هیات داوران (داخلی)	خانم دکتر عصمت نوحی	
د: عضو هیات داوران (خارجی)	خانم دکتر زهره خشنود	
ه : نماینده تحصیلات تکمیلی	خانم دکتر ندا اسدی	

تشکیل گردید و ضمن ارزیابی به شرح پیوست با درجه عالی و نمره ۱۹/۵ مورد تأیید قرار گرفت.

دکتر فیروزه مهرزایی رابر  
مهر و امضاء معاون آموزشی دانشکده

