

## بررسی تاثیر مراقبت از خود در کاهش شدت عوارض پسوریازیس

حسن ناوی پور\* - ربابه معماریان\*\* - مژده منصوری\*\*

### چکیده

امروزه با وجود مطالعات فراوان روشن‌های درمانی که به منظور درمان قطعی جلوگیری از عود و شدت عوارض بیماری پسوریازیس متداول بود، موفقیت آمیز نبوده است. هدف از این پژوهش نیمه تجربی تاثیر بکارگیری مراقبت از خود بر کاهش شدت عوارض پسوریازیس، بوده است.

در این بررسی کل جامعه پژوهش قبل و بعد در یک گروه ۵۰ نفری، از بیماران بیمارستانهای امام خمینی و رازی که بطور تصادفی بعنوان نمونه پژوهش در نظر گرفته شدند. در ابتدا، اطلاعات دموگرافیک از طریق پرسشنامه، نحوه بکارگیری مراقبت از خود توسط چک لیست خود گزارش، و وسعت و شدت ضایعات توسط چک لیست مشاهده ای، مشخص گردیده اند. سپس طرح مراقبت از خود، بعد از آموزش چهره به چهره و اجرایی عملی آن، توسط بیماران انجام و نمونه‌ها هر ۲ هفته یکبار به مدت ۲ ماه از نظر شدت عوارض، بررسی شدند.

جهت بررسی شدت و وسعت عوارض، از آزمون ویلکاکسون و A برای بررسی رابطه مراقبت‌های بکار گرفته شده یا شدت عوارض، از آزمون مقایسه میانگین‌ها، استفاده شده است.

نتایج پژوهش نشان داد که بکارگیری مراقبت از خود، به نحو موفقیت آمیزی در کاهش شدت عوارض پسوریازیس، در نمونه‌ها موثر بوده است، بطوری که، آزمون آماری در مورد شدت خشکی پوست، با معیارهای ترک خوردگی و پوسته ریزی و در مورد خارش و وسعت ضایعات، تفاوت معنی داری را، نشان داده است. ( $P = /...$ ) به طور مثال در گروه سنی (۲۰-۳۰) که بیشترین درصد نمونه‌های مورد پژوهش را، تشکیل می‌دادند شدت ترک خوردگی از حالت شدید در ۴۶ درصد بصورت طبیعی در ۹۶ درصد، و پوسته ریزی از حالت شدید در ۵۴ درصد به ۵۰ درصد به صورت طبیعی، رسیده اند.

در مورد خارش از حالت شدید در ۵۰ درصد به ۵۰ درصد بدون خارش، و در مورد وسعت ضایعات، از حالت وسیع در ۸۸ درصد به ۵۶ درصد و بصورت کم، رسیده اند.

نتایج نهایی نشان داد، که بکارگیری مراقبت از خود، نقش موثری در کاهش شدت عوارض بیماری پسوریازیس، در مبتلایان دارد.

**کلید واژه‌ها:** بیماری پسوریازیس، عوارض بیماری پسوریازیس و مراقبت از خود.

\* عضو هیئت علمی گروه پرستاری دانشکده پزشکی دانشگاه تربیت مدرس

\*\* عضو هیئت علمی دانشگاه تربیت مدرس

\*\*\* عضو گروه بهداشت پرستاری - مامائی دانشگاه علوم پزشکی تهران

**مقدمه :**

در حال حاضر، بیماریهای مزمن در دنیا جایگاه ویژه ای داشته و از طرفی، اهداف سازمان بهداشت جهانی، بر اساس افزایش طول عمر افراد، و ارتقاء سطح سلامتی می باشد لذا، بکارگیری روشهایی که بتواند باعث کاهش شدت عوارض در بیماریهای مزمن گردد، این دو هدف را پوشش می دهد. پسوریازیس با شیوع ۲ درصد در دنیا، و متوسط سن ابتلا ۲۷ سال و با ۵۹/۸ درصد در نژاد فارس، از بیماریهای پوستی است که با عودهای مکرر، در طول زندگی، فرد را اسیر عوارضی مانند پوسته ریزی ۸۰ درصد، ترک خوردگی ۴۵ درصد، خارش ۹۲ درصد، ادم، آرتريت مفاصل، تغییر در شکل و استحکام ناخن می نماید. (۱)

این بیماران، درد جسمی و روانی زیاد متحمل می شوند، زیرا بیماری خود را، می بینند، می بویند و احساس می کنند. بنابراین شناخت، درک و حل مشکلات این بیماران از اهمیت فراوانی، برخوردار است. مراقبت از خود، به عنوان یک روش کم هزینه، سهل الوصول و بدون عارضه می تواند با بالا بردن حس اعتماد به نفس و کاهش اضطراب، احساس رضایت و خوشنودی را جایگزین، یاس و افسردگی این بیماران نموده و از مراجعات مکرر به پزشک و مراکز درمانی، و از شدت عوارض بیماری، بکاهد. که در حال حاضر از نظر اقتصادی، فرهنگی و بهداشتی حائز اهمیت می باشد. در طی سالیان گذشته

بررسیهای متعددی توسط محققین در زمینه تشخیص و درمان این بیماری، انجام شده است، اما نتایج این تحقیقات نشان داد که با توجه به تشخیص صحیح و شروع به موقع درمان، بیماران دچار عودهای مکرر و عوارض شدید شده اند. با توجه به آنکه پسوریازیس، تحت تأثیر شرایط گوناگون محیطی (گرما، خشکی و آفتاب)، اضطراب حتی با مصرف به موقع داروها تشدید و یا عود می نماید. (۲) لزوم آموزش بکارگیری مراقبت از خود، که اثر قابل توجهی، در پیشگیری از عود و کاهش شدت عوارض دارد، مشخص می گردد. این پژوهش، با هدف دستیابی به اثر مراقبت از خود، بر کاهش شدت عوارض بیماری پسوریازیس، در مبتلایان آن، انجام شده است.

**مواد و روشها :**

این پژوهش نیمه تجربی است که در بیمارستانهای تخصصی دانشگاه علوم پزشکی تهران در سالهای ۷۷-۱۳۷۶ انجام شده است.

در این پژوهش، ۵۰ بیمار پسوریازیس بطور تصادفی انتخاب و کلیه نمونه ها بین ۷۳-۱۵ سال بودند، که از مدت ابتلا به بیماری آنان، یک سال گذشته و حداقل سواد خواندن و نوشتن داشته، و آموزش کلاسیک (بطور منظم، همراه با جزوه آموزشی و توسط یک فرد متخصص) در زمینه مراقبت از خود دیده و

برای ادامه درمان ، به درمانگاه مراجعه کرده باشند . جمع آوری اطلاعات ، از طریق پرسشنامه ، چک لیست های خود گزارشی و مشاهده ای ، انجام شده است . سپس طرح مراقبت از خود ، بعد از آموزش چهره به چهره ، و اجرای عملی آن توسط بیماران ، بکار گرفته شد بیماران در طی ۳ ماه و هر ۲ هفته یکبار ، از نظر نحوه خود مراقبتی و شدت وسعت ضایعات ، مورد بررسی قرار گرفته اند .

به منظور تأیید هرچه بیشتر موارد تکمیل شده از چک لیست یادآور و آزمون مجدد ، که مطالب آن همانند چک لیست خود گزارش است ، جهت مقایسه استفاده گردید . روش های آماری استفاده شده جهت بررسی شدت و وسعت عوارض ، آزمون ویلکاکسون و t و برای بررسی رابطه مراقبت های بکار گرفته شده با شدت عوارض آزمون مقایسه میانگین ها و محاسبه مقدار  $p$  بوده است .

### نتایج :

در این تحقیق ۳۴ نفر از بیماران مذکر ، ۱۲ نفر در گروه سنی (۳۰-۲۱) سال ، ۳۲ نفر شاغل و ۳۶ نفر متأهل بوده اند . یافته ها نشان می دهد که ۲۱ نفر دارای تحصیلات در حد دیپلم و بالاتر و ۱۷ نفر آنان بین (۲۰-۱۲) سال به بیماری مبتلا بوده اند . ۳۲ نفر بیماران منبع کسب اطلاعات را پزشک و فقط ۵ نفر پرستار معرفی نموده اند .

نتایج نشان می دهد که شدت خشکی پوست ، با معیارهای ترک خوردگی و پوسته ریزی و بعد از بکارگیری مراقبت از خود ، با استفاده از آزمون ویلکاکسون تفاوت معنی داری را ، نشان می دهد . ( $p= ۰/۰۰۰$ ) (جدول شماره ۱) .

همچنین ۲۵ نفر از بیماران قبل از بکارگیری مراقبت از خود ، از خارش شدید که در ۵۸ درصد آنان سبب اختلال خواب شدید و ۴۲ درصد دچار احساس کلافگی در طول روز شده اند ، در حالی که بعد از بکارگیری مراقبت از خود ، ۵۰ درصد بدون خارش و ۷۰ درصد هیچ گونه ناراحتی را ، در زمینه اختلال خواب و احساس کلافگی ، بیان نکرده اند .

آزمون ویلکاکسون نشان داده است که تفاوت معنی داری ، بین قبل و بعد از بکارگیری مراقبت از خود ، وجود دارد . ( $p= ۰/۰۰۰$ )

۴۴ نفر از بیماران قبل از بکارگیری مراقبت از خود ، دارای ضایعات وسیع بودند در حالی که بعد از بکارگیری مراقبت از خود ، فقط ۲۸ نفر از آنان دارای ضایعات با وسعت کم ، بوده اند . آزمون ویلکاکسون مؤید این تفاوت می باشد . ( $p= ۰/۰۰۰$ ) ، (جدول شماره ۲)

جدول شماره ۱: فراوانی بیماران مورد پژوهش بر حسب شدت خشکی پوست قبل و بعد از مداخلات در بیمارستانهای تخصصی علوم پزشکی تهران ۷۷ - ۱۳۷۶

بعد از مداخله		قبل از مداخله		فراوانی شدت خشکی پوست	معیار
درصد	تعداد	درصد	تعداد		
۰	۰	۴۶	۲۳	شدید (۳)	ترک خوردگی
۰	۰	۴۲	۲۱	متوسط (۲)	
۴	۲	۱۲	۶	خفیف (۱)	
۹۶	۴۸	۰	۰	طبیعی (۰)	
۰	۰	۵۴	۲۷	شدید (۳)	پوست ریزی
۰	۰	۴۰	۲۰	متوسط (۲)	
۵۰	۲۵	۶	۳	خفیف (۱)	
۵۰	۲۵	۰	۰	طبیعی (۰)	

جدول شماره ۲: فراوانی بیماران مورد پژوهش بر حسب وسعت ضایعات قبل و بعد از مداخلات در بیمارستانهای تخصصی دانشگاه علوم پزشکی تهران ۷۷ - ۱۳۷۶

بعد از مداخله		قبل از مداخله		فراوانی وسعت ضایعات
درصد	تعداد	درصد	تعداد	
۰	۰	۸۸	۴۴	وسیع (>۷۱)
۲۸	۱۹	۱۲	۶	متوسط (۳۱ - ۷۰)
۵۶	۳۸	۰	۰	کم (۱ - ۳۰)
۶	۳	۰	۰	طبیعی (۰)

### بحث و نتیجه گیری :

یافته های پژوهش نشان داد که شدت ترک خوردگی ۶۶ درصد و پوسته ریزی ۵۴ درصد قبل از بکارگیری مراقبت از خود ، بوده که بعد از آموزش های پژوهشگر ، در جهت بکارگیری مراقبت از خود ، ۹۶ در صد آنان بدون ترک خوردگی و ۲۵ درصد بدون پوسته ریزی بوده اند . نتایج حاصل نشان می دهد که یکی از عوارض پوستی که اکثریت بیماران از آن رنج می برند و سبب بروز ناتوانی ، در حرکات دست و پاها می شود خشکی پوست است . (۳)

۵۰ درصد بیماران قبل از بکارگیری مراقبت از خود ، از خارش شدید رنج می بردند که در ۵۸ درصد آنان سبب اختلال خواب و ۴۲ درصد آنها دچار احساس کلافگی می شدند. محققین دریافتند که خاراندن ، به عنوان یکی از صدمات پوستی ، به دلیل پدیده کوینر سبب شدت ضایعات می گردد . (۴)

نتایج آزمون ویلکاکسون نشان می دهد که روش پژوهشگر در کاهش شدت خارش، موثر بوده است چرا که ۵۰ درصد بیماران بدون خارش و ۷۰ درصد آنان هیچ گونه ناراحتی را در زمینه اختلال خواب و احساس کلافگی ، بیان نکرده اند .  
( $p=0/000$ )

قبل از بکارگیری مراقبت از خود ، ۸۸ درصد نمونه ها دارای ضایعات وسیع ، و بعد از آن ۵۶ درصد آنان ، دارای ضایعاتی با وسعت کم ، بوده اند .

یافته های حاصل از پژوهش نشان داد که ۴۵ درصد بیمارانی که درمان خود را بدون مشورت با پزشک ، قطع کردند بعد از یک هفته ضایعات شدت یافته است (۵) و همچنین ۲۷ درصد بیمارانی که داروهای خود را به طور ناگهانی قطع کرده اند بعد از ۲۴ الی ۴۸ ساعت دچار پلاک های جدید و افزایش پوسته ریزی شده اند (۶)

آزمون آماری t بین قبل و بعد از بکارگیری مراقبت از خود ، اختلاف معنی داری را در وسعت ضایعات نشان داده است . ( $p=0/000$ ) و انحراف معیار ۱۵/۰۶ نتایج حاصل از این بررسی نشان داد که بکارگیری مراقبت از خود ، به عنوان روش ساده ، با صرف وقت و هزینه کم، نقش موثری در کاهش شدت عوارض پسوریازیس ، دارد . عواملی که سبب شدت عوارض بیماری می گردند باعث عود نیز می شوند ، لذا نیاز به مطالعه به منظور دستیابی ، به تاثیر بکارگیری مراقبت از خود ، در کاهش دفعات عود در این بیماری، مشخص می گردد .

### References :

- 4) Fry , L . “ Ichting in Psoriasis ”  
An Atlas of Psoriasis . New Jersey ,  
usa the parthenon publishing group  
Inc . (1-32) . 1997
- 5)Farber , E . “ Psoriasis ”  
Archieves of Dermatology . 248 .  
1996
- 6)Pender , N . “ Patient Identi  
fication of health in formation  
Recieved during hospitalization ”  
Nursing Research .(262-267). 1997
- 1) Bell , L . “ Incidence of psoriasis  
in rochester ” Archieve of  
dermatology .3(8) . (1184) .1996
- 2) Solmones , B .“ Lecture notes on  
dermatology ” Fourth editions .  
oxford .W. Scientific publication  
. (25 - 32) . 1996
- 3) Sovile , G .“ Diagnosis psoriasis  
” . Dermatology . 25(12) , (149-  
52 ) . 1996

### ***A Survey of patient's self Case in reducing The severity of complication in psoriatic patient***

*Today besides the different available data there is no unique successful treatment to cure psoriasis and to prevent it's complications and recurrances. This study has been done on 50 psoriatic patients in oder to find out if self-care education can reduce the complications and the severity of the disease ( Itching , fissuring , scaling) .*

*Data shows that self - care educations can successfully reduce the fissuring from 100% in sever cases to 96% ( $p < 0/001$ ) , and Itching that is seen in 100% of cases subside to 50% ( $p < 0/001$ ) . skin scaling that is seen in 100% cases disapper and the skin become normal in all of them ( $p < 0/001$ ) .*

*In general the 88% of the patients has sever pseriasis and after the education it reduces to 50% in mild form .*