



تاثیر سنبل‌الطیب بر کیفیت خواب، اضطراب و افسردگی در بیماران تحت همودیالیز	
The effect valerian (sedamine) on sleep quality, anxiety and depression in patients undergoing hemodialysis	عنوان طرح تحقیقاتی
Hemodialysis, Sleep quality, Anxiety, Depression, Valerian، کیفیت خواب، اضطراب، افسردگی، سنبل الطیب	واژگان کلیدی
http://www.omjournal.org/OMJ_Issue.aspx	نشانی اینترنتی مقاله منتج از طرح
<p>اهمیت موضوع: بسیاری از بیماران تحت همودیالیز از کیفیت پایین خواب رنج می‌برند. کیفیت پایین خواب، بالقوه باعث افزایش ناتوانی، کیفیت پایین زندگی و مرگ و میر می‌شود. از جمله عواملی که می‌تواند زمینه‌ساز مشکلات مربوط به خواب شود، وضعیت روان‌شناختی است. اضطراب و افسردگی از مشکلات روان‌شناختی شایع در بیماران تحت همودیالیز است. از جمله گیاهانی که به صورت سنتی در میان عامه مردم برای کاهش مشکلات خواب و بهبود اضطراب استفاده می‌شود، سنبل‌الطیب می‌باشد.</p> <p>مهمترین یافته‌ها: میانگین نمره کیفیت خواب ($P<0.001$)، افسردگی ($P<0.001$) و اضطراب گروه A دریافت‌کننده سنبل الطیب در مرحله اول ($P<0.001$) و نیز کیفیت خواب ($P<0.001$)، افسردگی ($P=0.005$) و اضطراب گروه B ($P<0.001$) در دوره درمانی یک ماهه اول به طور معنی‌داری کاهش یافت. اما میزان کاهش در گروه A به طور معنی‌داری از گروه B بیش‌تر بود. در دوره درمانی یک ماهه دوم نیز میانگین نمره کیفیت خواب ($P=0.021$)، افسردگی ($P=0.006$) و اضطراب در گروه A ($P<0.001$) و نیز کیفیت خواب ($P<0.001$)، افسردگی ($P<0.001$) و اضطراب گروه B ($P<0.001$) در دوره درمانی یک ماهه دوم به طور معنی‌داری کاهش یافت. اما میزان کاهش در گروه A به طور معنی‌داری از گروه B دریافت‌کننده سنبل الطیب در مرحله دوم کمتر بود.</p> <p>پیشنهاد برای کاربرد نتایج: سنبل‌الطیب، باعث کاهش معنی‌دار در نمره کیفیت خواب، افسردگی و اضطراب بیماران تحت همودیالیز شد. بنابراین استفاده از آن می‌تواند به عنوان یک درمان آسان، کم هزینه، ارزان و موثر باعث کاهش استفاده از داروهای خواب‌آور، آرام‌بخش، ضدافسردگی، کاهش عوارض این داروها و در عین حال بهبود کیفیت زندگی این بیماران گردد.</p>	چکیده پژوهش