

چکیده فارسی

عنوان: تأثیر مداخله آموزشی بر سواد سلامت روان در خصوص افسردگی پس از زایمان در زنان باردار شهرستان سرایان

زمینه و هدف: سواد سلامت روان یکی از مهم‌ترین راهکارها برای کاهش بار اختلالات سلامت روان است. سواد سلامت روان در خصوص افسردگی پس از زایمان تحت عنوان آگاهی و باورها در رابطه با افسردگی پس از زایمان که به شناخت، کنترل یا پیشگیری از آن کمک می‌کند، تعریف می‌شود. مطالعه حاضر باهدف تعیین تأثیر مداخله آموزشی بر ارتقای سواد سلامت روان مرتبط با افسردگی پس از زایمان در زنان باردار شهرستان سرایان انجام گردید.

مواد و روش‌ها: پژوهش حاضر از نوع کار آزمایشی میدانی شاهد دار تصادفی شده و جامعه مورد مطالعه؛ زنان باردار شهرستان سرایان بودند. ابزار گردآوری اطلاعات، پرسشنامه استاندارد سواد سلامت روان در خصوص افسردگی بعد از زایمان بود. تعداد ۶۰ نفر از زنان باردار که معیارهای ورود به مداخله را دارا بودند (۳۰ نفر در گروه مداخله و ۳۰ نفر در گروه کنترل) به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای وارد مطالعه شدند. مداخله آموزشی در ۶ جلسه آموزشی ۴۵ دقیقه‌ای برای گروه مداخله انجام و پرسشنامه در سه مرحله قبل، بلافاصله و یک ماه پس از زایمان در هر دو گروه تکمیل شد داده‌ها در نرم‌افزار آماری SPSS-ورژن ۲۶ وارد شد. جهت توصیف متغیرهای کمی از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی و جهت توصیف متغیرهای کیفی از جداول فراوانی استفاده شد. از آزمون کولموگرووف اسمیرنف جهت بررسی توزیع نرمال استفاده شد و مشخص گردید که متغیرهای آگاهی بلافاصله پس از مداخله، باور به کمک‌های حرفه‌ای قبل از مداخله و نگرش‌های تشخیصی قبل از مداخله و سواد سلامت کل قبل از مداخله نرمال بودند و بقیه متغیرها توزیع غیرنرمال داشتند؛ بنابراین از آزمون‌های من ویتنی و فریدمن جهت داده‌های غیرنرمال و از آزمون‌های تی تست و آنالیز واریانس برای داده‌های نرمال در سطح معنی داری ۰/۰۵ جهت تجزیه و تحلیل داده‌ها استفاده شد.

نتایج: یافته‌های پژوهش حاکی از آن بود که گروه سنی ۳۰ تا ۴۰ سال بیشترین فراوانی را در افراد مورد مطالعه داشتند. اکثریت افراد در دو گروه مداخله و کنترل تحصیلات دیپلم و دانشگاهی داشتند؛ و بیش از ۹۰ درصد زنان باردار در دو گروه، بارداری پیش‌بینی شده داشتند. دو گروه از نظر متغیرهای دموگرافیک اختلاف معنی داری نداشتند ($p > 0/05$). همچنین قبل از مداخله دو گروه از نظر میانگین نمره سواد سلامت روان و ابعاد مختلف آن؛ تفاوت معنی دار آماری نداشتند ($p > 0/05$). اما میانگین نمره تمامی ابعاد سواد سلامت روان شامل (توانایی تشخیص افسردگی پس از زایمان، آشنایی با عوامل و علل خطر، دانش و باورهای خود مراقبتی، دانش در مورد کمک حرفه‌ای در دسترس، باور به کمک حرفه‌ای در دسترس، نگرش‌های تأثیرگذار بر توانایی تشخیص و آگاهی از افسردگی پس از زایمان) بلافاصله بعد از مداخله و یک ماه پس از زایمان نسبت به قبل از مداخله، در گروه مداخله افزایش معناداری داشت ($p < 0/05$).

نتیجه‌گیری: نتایج این پژوهش حاکی از اثربخشی مداخله آموزشی برافزایش سواد سلامت روان در خصوص افسردگی پس از زایمان بود. نتایج این پژوهش می‌تواند به عنوان یک تجربه آموزشی موفق در برنامه‌های مراقبتی و آموزشی در سطح جامعه و مراکز خدمات جامع سلامت به کار گرفته شود.

کلمات کلیدی: مداخله آموزشی، سواد سلامت روان، افسردگی پس از زایمان، زنان باردار

