

تاثیر رایحه درمانی با عصاره ی لاوند بر میزان استرس شغلی پرسنل اتاق عمل

سعید جزینی درچه (1) احمد قدمی (2) اسماعیل کاوی (3) جابر ذبیحی راد (4)

چکیده:

مقدمه: استرس شغلی به عنوان یکی از جدی ترین خطرات شغلی در کشورهای توسعه یافته شناخته می شود. مشکلات مربوط به استرس باعث بروز علائم رفتاری، ذهنی و فیزیکی می گردد که مشکلات فیزیکی شامل خستگی، سردرد، افزایش فشار خون، درد در ناحیه کمر، نشانه های اختلال خواب و مشکلات روانی شامل حساسیت زیاد، فراموشی، عدم تمرکز، عصبانیت، ترس، افسردگی و انتقاد در مورد دیگران می باشد. دست یابی به ابزار و فنونی که بتواند، علاوه بر تاثیر بر محیط کاری پرستاران منجر به بهبود فاکتورهای فردی موثر بر دقت و از طرف دیگر کاهش استرس آنان شود، بسیار کمک کننده و از نظر اقتصادی مقرون به صرفه است که یکی از مناسب ترین این روش ها رایحه درمانی می باشد. این مطالعه با هدف تاثیر رایحه درمانی بر میزان استرس شغلی پرسنل در محیط اتاق عمل بیمارستان حجت ابن الحسن العسکری انجام گرفت.

روش کار: این مطالعه نیمه تجربی بر روی 25 نفر از پرسنل بیمارستان حجت بن الحسن العسکری (عج) اصفهان انجام شد. نمونه ها با استفاده از روش در دسترس انتخاب شدند. ابزار گردآوری داده ها پرسش نامه محقق ساخته بود که روایی و پایایی آن مورد تایید قرار گرفت. پرسشنامه ها در دو مرحله ی قبل و بعد از رایحه درمانی توسط نمونه ها تکمیل شد. این پرسشنامه شامل سوالاتی بود که علائم مربوط به استرس شغلی را دارا بود. جهت تجزیه و تحلیل داده ها از آزمون های آماری توصیفی و تحلیلی استفاده گردید.

نتایج: نتایج پژوهش نشان داد که رایحه درمانی فقط بر روی یکی از علائم استرس شغلی که احساس آرامش در محیط کار بود تاثیر معنادار داشت. رایحه درمانی بر روی دیگر علائم استرس شغلی که شامل آرام گرفتن در محیط کار، تنفس، احساس لرزش، تحمل فشار روانی، پریشانی و سردرگمی، صبر و تحمل، پرت شدن حواس، زود رنجی و خشک شدن دهان بود، تاثیر آماری معناداری نداشت. میزان کلی استرس شغلی پرسنل بین قبل و بعد از مداخله از نظر آماری تفاوت معناداری نداشت.

بحث: نتایج مطالعه نشان داد که نمره استرس کارکنان اتاق عمل قبل از مداخله بالاتر از مرحله ی پس از مداخله بود ولی از نظر آماری تفاوت معناداری نداشت که نتایج آن همسو با مطالعه ی خوش کشت و همکاران با عنوان تاثیر رایحه درمانی بر سطح اضطراب دانشجویان پرستاری بود که در آن مطالعه نیز رایحه درمانی در کاهش میزان اضطراب امتحان تاثیر آماری معناداری نداشت، اما مک کافری و همکاران عنوان کردند که دانشجویان پرستاری که قبل و حین امتحانات خود عصاره لاوند را استشمام کرده بودند امتحان را با استرس کمتری سپری کردند به نظر می رسد تفاوت نتایج مطالعه ی مک کافری با مطالعه ی حال حاضر می تواند به

علت تفاوت در نمونه ها و محیط کار باشد. سئو نیز در مطالعه ی خود عنوان کرد که سطح استرس به طور معناداری به هنگام استشمام روغن لاوند در استفاده از گردنبنده آغشته به آن در مقایسه با درمان پلاسبو تاثیر بیشتری در کاهش استرس دانش آموزان داشته است ، چن و همکاران نیز مطالعه ای با عنوان تاثیر رایحه درمانی در کاهش نشانه های وابسته به استرس شغلی در میان پرستاران انجام دادند که نتایج آن نشان داد استفاده از رایحه درمانی در کاهش تعدادی از نشانه های علائم استرس فقط برای 3 یا 4 روز تاثیر گذار است که نتایج آن همسو با مطالعه ی حال حاضر می باشد. همچنین مطالعه صاحب زمانی و همکاران با عنوان تاثیر رایحه درمانی استنشاقی بر سطح استرس و اضطراب دانشجویان خوابگاهی دانشگاه علوم پزشکی تهران انجام نشان داد که کاهش معناداری در علائم استرس و اضطراب در مقایسه با قبل از مداخله وجود دارد که با نتایج حاصل از مطالعه ما همخوانی دارد در رابطه با تأثیر رایحه درمانی بر پاسخ به استرس و علائم فیزیولوژیک نتایج مطالعه حاضر نشان داد که رایحه درمانی به طور کلی بر میزان استرس موثر نیست که نتایج آن برخلاف مطالعه ی لی و همکاران در در کشور کره با عنوان تاثیر رایحه استنشاقی در پاسخ دانشجویان پرستاری بر استرس با استفاده از رایحه لاوند و نعناع می باشد که در آن مطالعه رایحه درمانی تأثیری معناداری بر کاهش استرس داشت. به نظر می رسد تفاوت نتایج مطالعات بالا با مطالعه ی حاضر میتواند به علت تفاوت در محیط های پژوهش یا نوع مداخله (دستگاه های اسپری خوشبو کننده) باشد.

نتیجه گیری نهایی : با توجه به تاثیر رایحه درمانی با اسپری عصاره ی لاوند بر روی بعضی از علائم استرس شغلی می توان از این روش در محیط اتاق عمل جهت کاهش استرس شغلی پرسنل استفاده کرد.

کلید واژه ها: رایحه درمانی، اتاق عمل، لاوند

1. کارشناس ارشد اتاق عمل، تکنولوژیست جراحی اتاق عمل بیمارستان حجت ابن الحسن العسگری اصفهان، اصفهان، ایران
[Email: saeedjazinid@yahoo.com](mailto:saeedjazinid@yahoo.com)

2. استادیار، دکترای پرستاری، مرکز تحقیقات ترمیم زخم، دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران
[Email: Ghadami@nm.mui.ac.ir](mailto:Ghadami@nm.mui.ac.ir)

3. مربی، کارشناس ارشد اتاق عمل، دانشکده ی پرستاری و مامایی لارستان، لارستان، ایران
[Email: kavi.ishmael@gmail.com](mailto:kavi.ishmael@gmail.com)

4. دانشجوی کارشناسی ارشد اتاق عمل، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشکده پرستاری مامایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، اصفهان، ایران

[Email: radjaber@yahoo.com](mailto:radjaber@yahoo.com)