تحسين الكفاءة الذاتية للمرضى الذين يعانون من آلام الرقبة

أمانى صبحى سرور[١]، إيمان محمد عبد العزيز [٢]، أمانى سلامة أيوب[٣]
[١] استاذ مساعد بقسم تمريض صحة المجتمع-كلية التمريض- جامعة الزقازيق، [٢] مدرس التمـريض الباطنى الجراحى- كلية التمريض- جامعة الزقازيق ، [٣] مدرس التمريض الباطنى الجراحـى- كليـة التمريض- جامعة القاهرة.

مقدمة:
الكفاءة الذاتية ذات أهمية خاصة في الظروف التي يحتاج فيها المريض إلى اعادة تأهيـل مثـل آلام الرقبة.

الهدف من الدراسة:
تهدف هذه الدراسة إلى معرفة تأثيرتحسين الكفاءة الذاتية للمرضى الذين يعانون من آلام الرقبة على إعاقتهم الوظيفية .

مكان و عينة الدراسة:
أجريت الدراسة في أقسام المرضـى الـداخليين والعيادات الخارجية في مستشفى قصر العينـي ، التابعة لجامعة القاهرة واشتملت العينة علـى ٤٠ مريض يعانون من آلام الرقبة.

أدوات جمع البيانات:
تم تجميع البيانات باستخدام استبيان يحتوى علـى أربع أجزاء:

- البيانـات الشخـصية للمرضـى مثـل العمـر، والتعليم، المهنة، الدخل....الخ
- التـاريخ الطبـي ذو الصلة مثل مدة المرض و عوامل الخطورة.
- مقياس كوبنهاجن للعجز الوظيفي للرقبة.
- مقياس الكفاءة الذاتية لالتهاب المفاصل.

تضمن التدخل جلسات تعليمية فردية للمرضـى عن ميكانيكا الجسم الـسليم، وممارسـة تمـارين الرقبة، والكمادات الساخنة والباردة .
تم تقييم تأثير البرنامج عن طريق الاستبيان نفسه، بدأ العمل الميداني من مايو إلى نوفمبر ٢٠١٠ .

النتائج:
كشفت الدراسة عن النتائج التالية:

- متوسط أعمارالمرضى ٤٤ سنة من النساء والرجـال بنـسب متـساوية، معظمهـم متزوجين و لديهم دخل غير كافى ، و أن ما يقرب من ثلثي العينة لم يتلقوا أي تعليم رسمي (٦٥٪) و٦٠٪ منهم يقيمون فـي المناطق الريفية ، و أن أقل قليلا من نصف المـشاركين (٤٧,٥٪) يمـتهن العمـل اليدوي.
- ثلثى عينة الدراسة يعانون من آلام الرقبـة لأكثر من عامين . ارجع ٩٠٪ منهم أن أكثرعوامل الخطر هو البقاء لأوقات طويلة في نفس الوضع يليها عادات النوم السيئة بنسبة ٨٠٪.
- تحسن ذو دلالة إحـصائية فـي مقيـاس كوبنهاغن ومعدلات الكفاءة الذاتيـة بـين المرضى بعد التدخل.

الخلاصة:
خلصت نتائج الدراسة إلى استنتاج مفـاده أن برنامج التمريض التعليمي الذى تركـز علـى تحسين الكفاءة الذاتية للمرضى الذين يعانون من آلام الرقبة أدى إلى تحسن في العجز الـوظيفي لهؤلاء المرضى.

التوصيات:
وعلى ضوء نتائج البحث تم اقتراح التوصيات الاتية:

- إجراء التجارب السريرية العشوائية لتأكيد نتائج الدراسة .
- المصادقة على أدوات الدراسة في الـسياق المحلي.