اثر مدل خودمدیریتی 5A بر کاهش بار مراقبتی در مراقبان سالمندان مبتلا به زخم پپتیک: یک کارآزمایی بالینی تصادفی

علی رضا وسیعی، فخرالدین تقی نژاد، مصیب مظفری، محمدحسین سهامی گیلان (گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی ایلام، ایلام، ایران)

مقدمه و ضرورت مطالعه





- **رشد جمعیت سالمندی در ایران:** پیش‌بینی جمعیت بالای ۲۵ میلیون نفر تا سال ۲۰۳۰.
- **شیوع بالای زخم پپتیک در سالمندان:** ۳ برابر شایع‌تر در سالمندان.
- **بار مراقبتی (Caregiver Burden):** فشارهای جسمی، روانی، و اقتصادی بر مراقب.

روش‌شناسی تحقیق





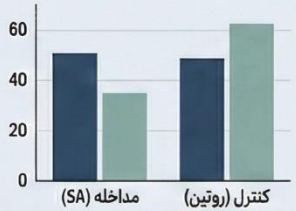
- **طراحی مطالعه و نمونه‌گیری:** کارآزمایی بالینی دو سو کور، ۷۰ مراقب (۳۵ مداخله، ۳۵ کنترل).
- **ابزارهای سنجش معتبر:** پرسشنامه بار مراقبتی زاریت (ZBI)، تست MMSE، شاخص بارتل.

مدل مداخله 5A (آموزش ۵ مرحله‌ای)



یافته‌های کلیدی و تحلیل آماری

- **کاهش چشمگیر بار مراقبتی در گروه مداخله: نمره از ۵۱.۰۷ به ۳۴.۵۹ کاهش یافت (P=0.033).**



گروه	میانگین قبل از مداخله	میانگین بعد از مداخله	مقدار P
مداخله (5A)	۵۱.۰۷	۳۴.۵۹	P=0.033
کنترل (روتین)	۴۹.۱۸	۶۲.۹۱	P=0.197

- **تفاوت معنادار با گروه کنترل:** نمره گروه کنترل به ۶۲.۹۱ افزایش یافت (P=0.028).
- **اثربخشی در تمامی ابعاد:** کاهش معنادار در فشارهای اجتماعی، شخصی، عاطفی و اقتصادی (P<0.001).

نتیجه‌گیری و کاربرد بالینی





- **موفقیت مدل خودمراقبتی:** روشی کم‌هزینه، دردسترس و کاربرپسند برای حمایت از خانواده‌ها.
- **انتقال مراقبت از بیمارستان به منزل:** توسعه سیاست‌های حمایتی برای آموزش مراقبان غیررسمی در سیستم بهداشت.
- **پیشنهاد به کادر درمان:** استفاده پرستاران و متخصصان سالمندی از این مدل در برنامه ترخیص بیماران.