

بررسی شیوع اختلال جنسی و آثار آن بر کیفیت زندگی زنان یائسه

معمومه نمازی-راجه اهانی

کارشناسی ارشد مامایی-دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

مقدمه: مسائل و مشکلات جنسی در تمامی نوره باور زن-زنان امری شایع است اما-زنان یائسه ممکن است بدلیل نقش عوامل متعدد فردی که بر سلامت آنان تاثیر می گذارد (مانند تغییرات اندوکرین) بیشتر مستعد اختلال عملکرد جنسی باشند. هدف از این مطالعه خلاصه کردن دانش موجود در زمینه اختلال جنسی در یائسگی و تاثیر آن بر کیفیت زندگی زنان مسن است.

روش کار: این مقاله مروری با جستجو در پایگاههای Pubmed, Scopus, Science Direct و SID انجام گرفته است و شامل ۲۰ مقاله انگلیسی منتشر شده در ژانویه ۲۰۰۶ تا اگوست ۲۰۱۲ میباشد.

یافته ها: شیوع اختلال جنسی در زنان یائسه در مطالعات مختلف بر حسب فاکتورهای متعددی مانند حجم نمونه، طراحی مطالعه، کشور، شرایط هورمونی متفاوت است. شایع ترین اختلالات جنسی شامل کاهش میل جنسی، خشکی واژن، دیس پارونی، آرگاسم ضعیف و ناراحتی جنسی است. سن و کاهش استروژن استرادیول مهم ترین تعیین کننده های عملکرد میل و علاقه جنسی (رضایت جنسی و ارگاسم) در طی نوره یائسگی طبیعی است در حالی که کاهش سطح اندروژن نقش مهمی در کاهش میل جنسی در زنانی که بدنبال عمل جراحی یائسه می شوند ایفا می کند.

نتیجه گیری: زنان مراجعه کننده به کلینیک های یائسگی بدلیل کاهش های پیچیده به فاکتورهای فردی موثر بر سلامت، مستعد اختلال در عملکرد جنسی هستند. زنانی که بدنبال عمل جراحی یائسه می شوند ممکن است بیشتر مستعد مشکلات جنسی باشند. در اختیار گذاشتن فرصت به زنان برای بحث درباره مشکلات جنسی شان یک بخش اساسی از مراقبت بهداشتی است و ممکن است کیفیت زندگی آنان را تحت تاثیر قرار دهد.

کلمات کلیدی: اختلال جنسی، کیفیت زندگی، یائسگی

گیاهان دارویی مورد استفاده در کنترل نشانه های یائسگی

رضا نوروززاده^۱، دکتر محمد رضا حیدری^۲

^۱مرس هیات علمی دانشکده پرستاری مامایی دانشگاه شاهد

^۲استادیار، هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه شاهد

مقدمه: اخیراً کاهش نشانه های یائسگی با گیاهان دارویی در زنانی که احتمالاً ترکیبات هورمونی برایشان مفید نیست بیشتر مورد توجه قرار گرفته است.

روش کار: این مقاله از نوع مروری است که با بررسی پایگاههای SID, magiran, Pubmed و کتب پرستاری گیاهان دارویی (Nursing Herbal Medicine) و Nurse drug guide 2012 در خصوص گیاهان دارویی با تاثیرات شناخته شده در کنترل نشانه های یائسگی انجام گردید.

یافته ها: در داروهای شناخته شده درمان نشانه های یائسگی، جینسینگ آسیایی است که شبیه هورمون استروژن عمل کرده و در تسریع جریان خون در ارگان های جنسی کمک میکند. در هر صورت در زنان با پریشانی خون،

مشکلات قلبی-اندمتریوز، استگیروفوزی، دیابت نباید معرفی شود. ضمن آنکه با آسپیرین، وارفارین و داروهای کاهش دهنده فشار خون و چاقی، قهوه و نوشابه‌های کولا دار تنها داخل دارد. شنبدر قرمز یا همان شنبدر چینی (red clover) نیز تسکین دهنده نشانه‌های یائسگی است. علائم خوراکی به خصوص در مصرف جعفریان با وارفارین باید به بیمار آموزش داده شود. داروی دیگر مورد تایید انجمن گیاهان دارویی آلمان رشته مار سیاه (Black cohos) می‌باشد برای درمان نشانه‌های سوماتیک و روانی یائسگی (گرگرفتگی، تریق، اختلال خواب و اضطراب) موثر است. ولی روی اپینلیوم محافظ واژن و در درمان خشکی واژن کاربرد ندارد به دلیل فقدان خواص استروژنی ممکن است استفاده آن برای زنان با تاریخچه سرطان پستان و سایر سرطان‌های جنسی به استروژن مطلق باشد. تاثیر عصاره انیسون (بادیان) بر کاهش علائم و شدت گرگرفتگی-زنان یائسه در مطالعه ناصیدی (۱۳۸۷) تایید گردید. نتایج کامل‌میان (۱۳۸۵)، نشان داد سنبل‌الطیب (والرین) نیز می‌تواند به عنوان یک درمان جایگزین هورمون درمانی برای گرگرفتگی دوران یائسگی مزی‌زنی که قادر به استفاده از هورمون درمانی نیستند و عوارض ناشی از آن را نمی‌پذیرند مورد استفاده قرار گیرد. همچنین سیتا-دیتین شیرین و حتی wild yam حاوی هورمون‌هایی مانند دی‌هیدرواپی آندسترون است و دارای خواص ضمیمه استروژنی می‌باشد. شکل خوراکی گیاه برای جایگزینی طبیعی استروژن در جهت بهبود خشکی واژن بعد از یائسگی، پوشکی استخوان، افزایش دهنده انرژی و میل جنسی و رشد پستان استفاده می‌شود. در مطالعه هیمی (۲۰۱۰) نیز تاثیرات مضامیر گل راسی و گل ساعتی بر نشانه‌های یائسگی-زنان مراجعه کننده به مراکز درمانی اسپهان در کاهش نشانه‌های مورد تایید قرار گرفت.

نتیجه گیری: اکثر فرآورده‌های گیاهی شناخته شده در درمان نشانه‌های یائسگی دارای اثرات مفید می‌باشند.

کلمات کلیدی: یائسگی، گیاهان دارویی

نگرش بیعاران سالعند راجع به دغدغه‌های پایان زندگی

رضا نوروززاده، مریمی^۱ دکتر محمد رضا حیدری^۲

^۱عیات علمی دانشکده پرستاری مامایی دانشگاه شاهد

^۲استادیار، عیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه شاهد

مقدمه: تعیین نگرش سالمندان به مقولات مرحله پایانی-زندگی برای ارائه مراقبت بهینه دارد. روش کار: به منظور ترک نگرش سالمندان از مرگ و مردن، مقالات مرتبط از science.magiran.pubmed ، irandoc.direct ، highwire با واژه‌های مرتبط با مرگ و مردن death-dying ، نگرش ، attitude و سالمندی elderly و مرحله پایانی-زندگی end of life مورد بررسی قرار گرفت.

یافته‌ها: مطالعات بسیار اندکی متراکم بر جمعیت سالمند یافت شد. در بررسی نگرش به تصمیمات پایان-زندگی سالمندان دچار تمکس، نتایج تحقیقی نشان داد آن‌ها سرنوشته خود را پذیرفته و احساس می‌کنند که به سادگی می‌توانند برای مرحله پایانی-زندگی تصمیم‌گیری کنند. در تعیین ارتباط بین سن و نگرش به مرگ سالمندان بالاتر از ۷۴ سال نسبت به سالمندان کم سن تر در مرحله پایانی-زندگی نیاز بیشتری به "پزشک-مشاورش کرده ولی باور نداشتند که مواجه با مرگ برای آن‌ها آسان تر است. در راستای تعیین تاثیرات فرهنگی بر ترجیحات پایان عمر بین سالمندان ژاپنی مقیم آمریکا و ژاپن، ژاپنی‌های مقیم آمریکا ترجیح می‌دادند که خودشان در مورد درمان‌های نگهدارنده و یا برنده تحمل-زندگی در مرحله پایان عمر تصمیم بگیرند. اما ژاپنی‌های مقیم ژاپن ترجیح می‌دادند این تصمیم را به "پزشکان و اعضای خانواده" محول کنند. سالمندان ژاپنی ساکن آمریکا نگرش مثبت تری در مورد داشتن وصیت نامه و تکمیل دقیق تر آن داشتند. به منظور بررسی تفاوت‌های نژادی در بیان مقولات مرتبط با مرحله پایانی