

رقم البحث (4)

عنوان البحث باللغة الانجليزية:

"Effect of Mothers' Implementing Progressive Muscle Relaxation Technique on Anxiety and Sleep Quality among Children with COVID-19"

عنوان البحث باللغة العربية :

تأثير تنفيذ الأمهات لتقنية استرخاء العضلات التقدمية على القلق وجودة النوم بين الأطفال المصابين بكوفيد-19

مكان وتاريخ النشر:

Port Said scientific journal of nursing, Vol, (8) No, (3), 2021

ملخص البحث المصغر باللغة العربية :

مقدمة وأهمية البحث: تعرض الأطفال لـ COVID-19 مما أدى إلى القلق ومشاكل النوم وأثر على جودة نومهم. يمكن أن يساعد تنفيذ استرخاء العضلات التدريجي في تعزيز جودة النوم وتقليل القلق.. **الهدف:** هدفت الدراسة إلى تحديد تأثير تطبيق الأمهات لتقنيات استرخاء العضلات التقدمية على القلق ونوعية النوم بين الأطفال المصابين بـ كوفيد 19. **تصميم الدراسة:** تم استخدام تصميم بحث شبه تجريبي في هذه الدراسة. **مكان الدراسة:** أجريت الدراسة في العيادة الخارجية لأمراض الصدر للأطفال بمستشفى جامعة سوهاج ومستشفيات الزهور والمبرة والحامية بمدينة بورسعيد ، كما تمت زيارة منزلية للمتابعة. **العينة:** م تقسيم عينة مائة من 50 طفلاً تم تشخيص إصابتهم بـ COVID-19 وأمهاتهم بشكل عشوائي إلى مجموعتين، من إجمالي عدد السكان البالغ 376 طفلاً وأمهاتهم في غضون ستة أشهر. **أداة الدراسة:** تم استخدام ثلاث أدوات: الأداة (I): أداة جدول المقابلات المنظمة (II) مقياس القلق لولاية Spielberg للأطفال ، الأداة (III) مقياس مؤشر جودة النوم Pittsburgh. **نتائج البحث:** كان عمر الأطفال ما بين 5 - 10 سنوات. كانت هناك اختلافات كبيرة وتحسينات تتعلق بمستوى القلق ونوعية النوم يعني الدرجات بين المجموعتين بعد تنفيذ تقنية الاسترخاء. **الخلاصة:** كان تطبيق تقنية استرخاء العضلات التدريجي تدخلاً غير طبي فعال وآمن يستخدم لتحسين مستوى القلق ونوعية النوم بين الأطفال الذين تم تشخيص إصابتهم بكوفيد-19. **التوصيات:** تقديم برنامج تدريبي للأمهات وأطفالهن يتعلق بتقنية استرخاء العضلات التدريجي لتقليل القلق وتحسين جودة النوم بين الأطفال المصابين بكوفيد 19.