

چکیده:

مقدمه: اضطراب یکی از مشکلات روحی - روانی زنان در طول دوران بارداری می باشد که عوارض نامطلوبی به دنبال دارد به طوری که کاهش آن جزء اهداف برنامه های مراقبت دوران بارداری است. بنابراین این مطالعه با هدف بررسی تعیین تأثیر ارسال پیام کوتاه در مورد مراقبت های دوران بارداری بر میزان اضطراب زنان مراجعه کننده به مراکز خدمات بهداشتی - درمانی ، در مانگاه های خصوصی زنان و زایمان شهرستان گناباد انجام شده است.

روش: این مطالعه از نوع کارآزمایی بالینی تصادفی بوده است. داده ها به کمک چک لیست (که اطلاعات دموگرافیکی افراد را درج می کند) و پرسشنامه اضطراب اشپیل برگر از ۱۲۰ زن باردار گردآوری شده در هر دو گروه مداخله ($x=60$) و کنترل ($x=60$) پرسشنامه اضطراب قبل از مداخله و مجدداً یک ماه پس از ارسال پیام کوتاه آموزشی از طریق تلفن همراه، تکمیل شده و در نهایت داده های به دست آمده با بهره گیری از آزمون تی و کای دو مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند.

یافته ها: در این تحقیق با بررسی میزان اضطراب آشکار و پنهان قبل و بعد از ارسال پیام کوتاه در دو گروه مداخله و کنترل نشان داد که میانگین اضطراب پنهان قبل از مداخله در گروه مداخله $4/38$ و در گروه کنترل $5/05$ ($P < 0/001$) و میانگین اضطراب آشکار قبل از مداخله در گروه مداخله $4/73$ و در گروه کنترل $7/13$ بوده است ($p = 0/14$). در حالی که میانگین اضطراب پنهان بعد از مداخله در گروه مداخله $36/13$ و در گروه کنترل $52/88$ بوده است ($P < 0/001$) و میانگین اضطراب آشکار بعد از مداخله در گروه مداخله $95/35$ و در گروه کنترل $49/20$ بوده است ($P < 0/001$). بنابراین طبق آزمون آماری تی تفاوت معنی داری در میزان اضطراب پنهان و آشکار دو گروه نشان داده شده است.

نتیجه گیری: ارسال پیام کوتاه با متن آموزشی در کاهش اضطراب مادران باردار موثر می باشد.

کلید واژه: اضطراب - دوران بارداری - پیام کوتاه - آموزش