

## البحث الثالث

### تأثير ٧ أسابيع من تعليم الإدارة الذاتية على معدل بيك لجرد القلق ومسافه ٦ دقائق سيراً على الأقدام فى مرضى الأنسداد الرئوى المزمن المستقر

شريف رفعت - استاذ مساعد الأمراض الصدرية-كلية الطب-جامعة الفيوم

عصام موسى- استاذ مساعد الأمراض الباطنية-كلية الطب-جامعة الأزهر

خالد النجار- استاذ الأمراض النفسية-كلية الطب-جامعة الزقازيق

تتناول هذه الدراسة تأثير التعليم الذاتي واحتمال المجهود وضيق التنفس عشرون مريضاً مع انسداد ريءوي مستقر ( حجم الزفير القسري في ثانية واحدة ) FEV1 وهو ( ٠,٢٨\_+ ١,٢٩ ) ، دقايق سيراً ا على الأقدام MWD٦ هو ( ٧٠\_+ ٣٣٣,١٥ ) ومعدل بيك لجرد القلق هو ( ٤٣,١٥\_+ ٣,٤٧ ) لسبع جلسات كل منها ٩٠ دقيقة من التعليم الذاتي بفاصل زمنى اسبوعى

اتم المرضى معدل بيك لجرد القلق وذلك يوم واحد قبل وسبعة ايام بعد العلاج وتم قياس حجم الزفير القسري في ثانية واحدة FEV1 ، توتر غازات الدم ودقايق سيراً ا على الأقدام بين المجموعات

عشرون مريضاً حضروا أسبوعياً كمجموعه مراقبة لمقياس التنفس ودقايق سيراً ا على الأقدام لمدة ٧ أسابيع لم يوجد اختلاف في متوسط السن الأساسى و معدل بيك لجرد القلق ووظائف الرئة وتوترات غازات الدم ودقايق سيراً ا على الأقدام بين المجموعات .

بعد العلاج : كانت نتيجة معدل بيك لجرد القلق قد انخفضت بشكل ملحوظ الي ٤٠,٨ + - ٣,١١ بالمصاحبة بتحسنا لسير ل ٦ دقائق في المجموعة التي تلقيت العلاج فقط وذلك ٣٣٣,١٥ + ٧٠ الي ٣٧٦,٩ - ٦٤,٩ متر بزيادة ذات دلالة احصائية بقيمة P=0.042

### الخاتمة :

سبعة أسابيع من تعليم الإدارة الذاتية لمرض الانسداد الرئوي المزمن أنتج تحسن ملحوظ في احتمال المجهود و BAI .