

تأثير تدليك أسفل الظهر في الحد من آلام المخاض للأمهات البكرات في مستشفى الولادة والأطفال

الباحثة: روعة سراج إسكندر

المشرفين: د. أحلام عيضة الزهراني

د. جيلان علي البطاوي

المستخلص

المقدمة: العلاج بالتدليك هو طريقة غير دوائية للحد من آلام المخاض ، وعادة ما تستخدم خلال المرحلة الأولى من المخاض. ويستخدم هذا النوع من العلاج لتخفيف الألم أثناء الولادة من قبل العديد من الثقافات في جميع أنحاء العالم بسبب بساطته والأكثر أهمية لأنه ليس له آثار جانبية. **الأهداف:** الهدف من هذه الدراسة هو تقييم تأثير تدليك أسفل الظهر على الحد من آلام المخاض للأمهات البكرات. **الطريقة:** تم استخدام دراسة تجريبية عشوائية. وقد تم استخدام مقياس بصري لقياس شدة الألم قبل وبعد التدليك. استخدمت الباحثة العينات المنطبق عليها المعايير المدرجة والمستبعدة. تكونت عينة الدراسة من ٦٠ أم في المرحلة الأولى من المخاض. **المكان:** أجريت هذه الدراسة في مستشفى الولادة والأطفال في جدة ، المملكة العربية السعودية. **النتائج:** أظهرت نتائج هذه الدراسة أن المجموعة التجريبية كانت أقل معاناة من الألم عندما كان إتساع عنق الرحم ما بين ٤ سم و ٦ سم بالمقارنة مع المجموعة الضابطة ، ولكن عندما وصل إتساع عنق الرحم إلى ٨ سم وجد أنه لم يكون هناك فرق ذو دلالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة. وكانت الأمهات في المجموعة التجريبية أكثر رضا وارتياحًا خلال المرحلة الأولى من المخاض لأستخدام التدليك أسفل الظهر مقارنةً بالمجموعة الضابطة. **الخلاصة والتوصيات:** إن تدليك أسفل الظهر هو تدخل فعال وبديل ، لتقليل آلام المخاض وزيادة مستوى الرضا لدى الأمهات البكرات خلال المرحلة الأولى من المخاض. وأوصت الدراسة أنه يمكن اعتبار التدليك بمثابة تدخل ترميضي بسيط ويمكن استخدامه كطريقة طبيعية غير دوائية لتخفيف الأم المخاض.

كلمات البحث: الولادة ، الضغط المضاد ، آلام الولادة ، التدليك أسفل الظهر ، الطرق غير الدوائية ، تخفيف الألم ، البكرات.

The effectiveness of lower back massage on reducing labor pain for primiparous at Maternity and Children's Hospital

Researcher: Rawah Siraj Iskandar

Supervised By: Dr. Ahlam Eidah Al-Zahrani

Dr. Jilan Ali Al-Battawi

Abstract

Background: Massage therapy is a non-pharmacological method for reducing labor pain, usually used during the first stage of labor. This type is employed by many cultures worldwide due to its simplicity and most important because it does not have side effects. **Aims:** The aim of the study is to assess the effectiveness of lower back massage on reducing labor pain for primiparous. **Methods:** A quantitative, Randomized Controlled Trial (RCT) design utilized in this study. A visual analogue scale (VAS) has been used to measure the intensity of pain before and after lower back massage. Then assess the satisfaction of the mothers after applying lower back massage. A purposive sampling was selected related to some included and excluded criteria. The sample consisted of 60 mothers in the first stage of labor. **Setting:** This study carried out in Maternity and Children's Hospital (MCH) in Jeddah, Saudi Arabia. **Results:** The results from present study showed that experimental group had lower pain intensity at 4cm and 6cm ($p < 0.05$) in comparison with control group, but at 8cm no significant difference found between both groups ($p > 0.05$). Mothers in experimental group was more satisfied during the

first stage of labor in comparison with control group. **Conclusion and Recommendations:** A lower back massage is an effective, non- invasive and alternative intervention, to reduce labor pain and increase the level of mothers' satisfaction. Lower back massage can be considered as an independent simple nursing intervention and can be used as one of labor pain relieving method.

Keywords: childbirth, counter pressure, labor pain, lower back massage, non-pharmacological methods, pain relief, primiparous.