

Review

Analytical on effect of Resilience interventions on Mental Health in Family Caregivers of Elderlies with Alzheimer's disease: A review literature

Fateme Ghaffari¹, Zahra Fotokian^{1*}, Mehdi Rostami², Leila Meskini³

1. Assistant Professor, Department of Nursing, School of Nursing and Midwifery, Babol University of Medical Sciences, Babol, Mazandaran, Iran.

2. Geriatric Nursing Student, School of Nursing and Midwifery, Babol University of Medical Sciences, Babol, Mazandaran, Iran.

3. Geriatric Nursing Student, School of Nursing and Midwifery, Mazandaran University of Medical Sciences, Sari, Mazandaran, Iran.

*. Corresponding Author: E-mail: zfotokian@yahoo.com

(Received 29 November 2016; Accepted 28 September 2016)

Abstract

Alzheimer's disease is one of the most common and common causes of dementia and a chronic, complex, and progressive neurological disorder. As family caregiver's play an all-encompassing role in Alzheimer's elderly care, resilient learning gives them the opportunity to better understand and respond appropriately in challenging situations. Due to the importance of the subject and the existence of few studies in this field, the present study was carried out. This study is a overview study that focuses on the effect of resilient interventions on the family mental health of elderly people with Alzheimer's disease from 1995 to the end of 2016. Using keyword search in the title or abstract of the articles in the Magiran, SID, Medlib, Iranmedex databases for Farsi language studies and full-text articles in English at Produce Elsevier, Ovid, Pubmed, Science Direct sites using the following keywords were searched in the title of the article. Persian words including mental health, family caregivers, Alzheimer's disease, and resilient. These keywords in English include mental health, Family caregivers, Alzheimer's disease, Resilient, with every single word aging, elder, ageing, older people elderly. After searching the available databases with proper keywords in both Farsi and English, 54 articles were obtained without time limit. Of these, 11 articles with the most relevance to our goals were selected and examined.

The results showed; the pressure from nursing care affects all physical, psychological, social, spiritual, and quality of life of family caregivers, and the pressure of care severely affects caregivers' mental health. Therefore, the need to intervene to reduce care pressure and provide resilience education to family caregivers improve the quality of care for the elderly with Alzheimer's.

Keywords: Mental Health, Resilience, Family caregivers, Alzheimer's disease, Elderly.

Clin Exc 2017; 7(1): 13-21 (Persian).

تحلیلی بر تاثیر مداخلات تاب‌آوری بر سلامت روان مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلا به آلزایمر

فاطمه غفاری^۱، زهرا فتوکیان^{۱*}، مهدی رستمی^۲، لیلا مسکینی^۳

چکیده

بیماری آلزایمر به‌عنوان مهم‌ترین و شایع‌ترین علت زوال عقل و نوعی اختلال مزمن، پیچیده و پیشرونده عصبی است. از آنجایی که مراقبین خانوادگی نقش مراقبت همه‌جانبه از سالمند آلزایمری را برعهده دارند، آموزش تاب‌آوری این امکان را به آنان می‌دهد تا به درک بهتری برسند و واکنش‌های مناسبی را در شرایط چالش‌برانگیز داشته باشند. لذا مطالعه حاضر با هدف مروری بر مطالعات تأثیر مداخلات تاب‌آوری بر سلامت روان مراقبین سالمندان مبتلا به آلزایمر انجام شد. این مطالعه، از نوع مطالعات مروری نظام‌مند روایتی است که به بررسی مطالعات مربوط به تأثیر مداخلات تاب‌آوری بر سلامت روان مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلا به آلزایمر از سال ۱۹۹۵ تا پایان سال ۲۰۱۶ میلادی می‌پردازد. با استفاده از جستجوی کلیدواژه در عنوان و یا چکیده مقاله در پایگاه‌های اطلاعاتی Magiran، SID، Medlib، Iranmedex، برای مطالعات فارسی‌زبان و مقالات دارای متن کامل به زبان انگلیسی در پایگاه‌های Elsevier، Proquest، Ovid، Pubmed، Science direct با استفاده از کلیدواژه‌های ذیل در عنوان مقاله جستجو شدند. واژه‌های فارسی شامل سلامت روان، مراقبین خانوادگی، آلزایمر و تاب‌آوری بود. این کلیدواژه‌ها در زبان انگلیسی شامل Family caregivers، Mental health، Resilient، Alzheimer's disease، با تک‌تک واژه‌های Elderly Aging، Elder، Ageing، Older People بوده است. پس از جست‌وجو در پایگاه داده‌های اطلاعاتی در دسترس با کلیدواژه‌های مناسب به دو زبان فارسی و انگلیسی و بدون محدودیت زمانی تعداد ۵۴ مقاله به دست آمد. از این میان ۱۳ مقاله که بیشترین ارتباط را با اهداف موردنظر ما داشتند انتخاب و موردبررسی قرار گرفتند. نتایج نشان داد که فشار ناشی از مراقبت سالمندان تمامی ابعاد جسمی، روانی، اجتماعی، معنوی و کیفیت زندگی مراقبین را تحت تأثیر قرار داده و فشار مراقبت به‌شدت بعد سلامت روان مراقبین را تهدید می‌کند؛ اما مداخلات آموزشی برای کاهش فشار مراقبتی و ارائه‌ی آموزش‌های مناسب درباره‌ی بهبود تاب‌آوری به مراقبین سبب بهبود کیفیت مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر می‌گردد.

واژه‌های کلیدی: سلامت روان، تاب‌آوری، مراقبین خانوادگی، آلزایمر، سالمند.

۱. استادیار گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی بابل، رامسر، مازندران، ایران.

۲. دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی، دانشگاه علوم پزشکی بابل، رامسر، مازندران، ایران.

۳. دانشجوی کارشناسی ارشد پرستاری سالمندی، دانشگاه علوم پزشکی مازندران، ساری، مازندران، ایران.

* نویسنده مسئول: بابل، دانشگاه علوم پزشکی بابل، گروه پرستاری

☞ تاریخ دریافت: ۱۳۹۵/۸/۱۲ تاریخ ارجاع جهت اصلاحات: ۱۳۹۵/۹/۲۲ تاریخ پذیرش: ۱۳۹۵/۱۲/۶

E-mail: zfoutokian@yahoo.com.

مقدمه

سالمندی فرآیندی اجتناب‌ناپذیر است که بر همه جنبه‌های زندگی تأثیر می‌گذارد. این مرحله از زندگی با دامنه گسترده‌ای از تغییرات فیزیولوژیک، روان‌شناختی و به‌ویژه کاهش توانایی شناختی همراه است که به فقدان استقلال و پایین آمدن کیفیت زندگی منجر می‌شود (۱). یکی از بیماری‌هایی که با اختلال در شناخت حافظه همراه است، بیماری آلزایمر است. بیماری آلزایمر به‌عنوان مهم‌ترین و شایع‌ترین علت زوال عقل می‌باشد (۲-۳)، نوعی اختلال مغزی است که فرد مبتلا را به فراموشی دچار می‌سازد. در این بیماری، سلول‌های مغز به تدریج تخریب شده و فرد دچار فراموشی می‌شود، به طوری که دیگر قادر نیست خاطرات گذشته را به یاد بیاورد و یا رویدادهای جدید را در مغز خود شکل دهد (۴-۶). مطالعات نشان می‌دهد میزان ابتلا به این بیماری برای همه گروه‌های سنی یک درصد، ولی برای افراد ۶۵ سال و بیشتر ۵ درصد است. این میزان پس از ۶۵ سالگی به ازای هر ۵ سال افزایش عمر، دو برابر می‌شود (۵). در ایران آمار دقیقی از مبتلایان به این بیماری موجود نیست (۷)، ولی بیش از ۷۰۰ هزار بیمار مبتلا به آلزایمر در کشور وجود دارد. از هر ۱۰ بیمار مبتلا به آلزایمر، ۷ بیمار در منزل تحت مراقبت هستند (۸). مطالعات نشان داده‌اند که خانواده‌ها، بیش از ۸۰ درصد مراقبت مورد نیاز این افراد را تأمین می‌کنند (۶). ماهیت بیماری آلزایمر، تنها سالمندان مبتلا را دچار اختلال نمی‌کند؛ بلکه خانواده، مراقبین و اجتماع را هم درگیر می‌کند. مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر وظیفه‌ای طاقت‌فرسا است (۹) و مراقبین آنان جهت مراقبت صحیح و مناسب از فرد بیمار به گونه‌ای که احترام و منزلت وی حفظ شده و حتی الامکان از سوء رفتار با وی در خانواده جلوگیری شود، با مشکلات فراوانی دست‌به‌گریبان هستند (۷)، لذا بحث مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر و بار اقتصادی، مراقبتی، بهداشتی و خانوادگی متعاقب آن به‌طور ویژه‌ای مورد توجه نظام‌های سلامت کشورها است و مطالعات گسترده در دهه‌های

اخیر، گواه ارزشمندی بر این ادعا است (۱۰) از طرفی مراقبت از سالمند مبتلا به آلزایمر یک فرایند مزمن استرس‌زا است که پیامدهای منفی بر سلامت جسمی و روانی مراقبین دارد (۱۰). تعدد و تنوع استرس‌هایی که مراقبت از سالمند مبتلا به آلزایمر یک فرایند مزمن استرس‌زا است که پیامدهای منفی بر سلامت جسمی و روانی مراقبین دارد (۱۱). اگرچه، در بیشتر مطالعات به جنبه‌های حمایت از بعد جسمی کیفیت زندگی مراقبین توجه شده است. اما، بعد روانی کیفیت زندگی این افراد کمتر مورد توجه قرار گرفته است (۱۴-۱۱). تاب‌آوری عاملی است که به افراد در رویارویی و سازگاری با موقعیت‌های سخت کمک می‌کند و به‌عنوان یکی از سازه‌های اصلی شخصیت برای فهم انگیزش، هیجان و رفتار مفهوم‌سازی شده است (۱۶-۱۵). سلامت روان نیز شامل قابلیت ارتباط موزون و هماهنگ با دیگران، تغییر و اصلاح محیط فردی و اجتماعی و تضادها و تمایلات شخصی به‌طور منطقی، عادلانه و مناسب می‌باشد (۱۷). با توجه به تعدد و تنوع استرس‌هایی که مراقبین سالمندان مبتلا به آلزایمر با آن مواجه هستند (۱۹-۱۸). توجه به مقوله سلامت روان و تاب‌آوری را به یک ضرورت تبدیل کرده است (۱۲).

آموزش تاب‌آوری این امکان را به آنان می‌دهد تا به درک بهتری برسند و واکنش‌های مناسبی را در شرایط چالش‌انگیز داشته باشند (۱۳) و سیستم‌های بهداشتی می‌توانند با مورد توجه قرار دادن راهکارهای آموزشی جهت ارتقاء سازگاری مراقبین خانوادگی سالمندان آلزایمری موجب عملکرد بهتر آنان می‌شود و نتایج مفیدی را به همراه دارد (۹). از آنجایی که مراقبین خانوادگی نقش مراقبت همه‌جانبه از سالمند آلزایمری را برعهده دارند استفاده از راهکارهای حفظ و ارتقاء سلامت روان این افراد حائز اهمیت است و قطعاً مراقبت از این بیماران نیازمند تاب‌آوری بالا می‌باشد. آموزش تاب‌آوری می‌تواند بر متغیرهای بسیاری تأثیرگذار باشد (۲۰). پژوهش‌ها نشان می‌دهد افرادی که تاب‌آوری پایینی دارند آسیب‌پذیرتر هستند و فاقد جسارت، انگیزه

تشويق و راهبردهاي لازم براي تغيير شرايط تنش‌زا هستند و مشكلات خود را به صورت مبالغه‌آميز بزرگ کرده و خود را قرباني حوادث مي‌دانند، اين افراد خود را کم‌توان و ضعيف جلوه مي‌دهند. در مقابل افرادي که تاب‌آوري بالايي دارند حس قوي براي پيشرفت دارند و از اعتمادبه‌نفس و خودباوري بالايي برخوردارند (۲۱).

لذا با توجه به آسيب‌پذيري مراقبت‌کنندگان از نظر جسمي و روحي در مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر که موجب کاهش مراقبت از آنان و زمينه‌ساز بروز مشکلاتي از قبيل منزوي شدن، عدم سازگاري با تغييرات و عدم پذيرش نقش مراقبتي توسط مراقبين مي‌شود و همچنين با توجه به جايگاه و اهميت سلامت خانواده سالمندان و نقش حياتي مراقبين خانوادگي سالمندان آلزایمري، مطالعه حاضر با درک تعيين تأثير آموزش تاب‌آوري بر سلامت روان مراقبين خانوادگي سالمندان مبتلا به آلزایمر انجام شد.

روش کار

مطالعه‌ي مروري حاضر با بررسي مقالاتي که از سال ۲۰۱۶-۱۹۹۵ ميلادي در زمينه تأثير آموزش تاب‌آوري بر سلامت روان مراقبين خانوادگي سالمندان مبتلا به آلزایمر به زبان فارسي و انگليسي منتشر شدند، انجام شد. با استفاده از جستجوي کليدواژه در عنوان و يا چکيده مقاله در پایگاه‌هاي اطلاعاتي Magiran، SID، Medlib، Iranmedex براي مطالعات فارسي‌زبان و مقالات داراي متن کامل به زبان انگليسي در پایگاه‌هاي proquest، Elsevier، Ovid، Pubmed، Science direct با استفاده از کليدواژه‌هاي ذيل در عنوان مقاله جستجو شدند. واژه‌هاي فارسي شامل سلامت روان، مراقبين خانوادگي، آلزایمر، تاب‌آوري بود. اين کليدواژه‌ها در زبان انگليسي شامل Mental health، Family carers، Alzheimer، Resilient با تک‌واژه‌هاي older، ageing، aging elder، people elderly بوده است. معيار ورود به مطالعه، مقالات پژوهشي، تحليلي-توصيفي، مداخله‌اي، مروري و

منتشرشده طی سال‌هاي فوق‌الذکر بود. معيارهاي خروج، وجود فقط خلاصه مقاله و مقالات به ساير زبان‌ها در پایگاه‌هاي مطالعاتي بود. پس از جستجو در پایگاه‌هاي اطلاعاتي، ۵۴ مقاله يافت شد که از اين تعداد، ۱۶ مقاله پس از غربالگري عنوان، ۱۴ مقاله پس از مطالعه چکيده و ۱۱ مقاله پس از بررسي متن کامل مقالات کنار گذاشته شدند و در نهايت ۱۳ مقاله واجد معيارهاي ورود به مطالعه شناخته شد.

يافته‌ها

۱۳ مطالعه مرتبط با مداخلات تأثير تاب‌آوري بر سلامت روان مراقبين، معيارهاي ورود به پژوهش را داشتند. نتايج مطالعات مرور شده نشان داد که آموزش تاب‌آوري باعث بهبود ابعاد مختلف سلامت روان مراقبين خانوادگي سالمندان مبتلا به آلزایمر مي‌شود (۲۶-۲۲). در توجه اين يافته مي‌توان گفت که مشارکت مراقبين در برنامه آموزش تاب‌آوري موجب شده است تا آن‌ها براي رويارويي با استرس بالا احساس توانمندی بيشتر داشته و با مشكلات پيش‌بيني‌نشده خوش‌بينانه‌تر مواجه شوند. بعلاوه با برخورد مسئله‌مدارانه با مشكلات به ارتقاء سلامت روان خود در ابعاد مختلف کمک کنند (۲۵-۲۴). نتايج مطالعه محمدي و همکاران در سال ۱۳۹۰ نیز نشان داد که مداخلات آموزشي منجر به رويارويي مؤثرتر مراقبين با عوارض منفي مراقبت مي‌شود و با آموزش راهکارهاي رويارويي با مشكلات ناشي از مراقبت به کاهش مشكلات جسمي و رواني مراقبين خانوادگي سالمندان مبتلا به آلزایمر کمک کند. مشارکت فعال مراقبين سالمندان مبتلا به آلزایمر در برنامه‌هاي حمايتگر نيز، با کاهش فشار مراقبتي، ارتقاء سلامت رواني و معنوي، منجر به رويارويي مؤثرتر مراقب با عوارض منفي مراقبت مي‌شود. مشارکت در گروه‌هاي حمايتگر مي‌تواند مصداق توانمندسازي مراقبين براي رويارويي با مشكلات مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر باشد (۲۶). منصوري و همکاران نیز معتقد است، در

گروه‌های حمایتی و آموزشی، مهارت‌های ارتباطی باعث ارتقاء کیفیت مراقبت در مراقبین سالمندان مبتلا به آلزایمر می‌شوند. به‌طوری‌که برآیند این مراقبت کیفی، کاهش استرس درک شده و مشکلات رفتاری در سالمندان تحت مراقبت می‌باشد (۲۷). مارتین کاراسکو و همکاران، اثربخشی برنامه‌های آموزشی-روانی را در کاهش بار مراقبت و استرس، ارتقاء مهارت‌های حل مسئله و افزایش بهزیستی عمومی مراقبین سالمندان مبتلا به آلزایمر مؤثر می‌دانند (۲۸)، مونی‌نی و همکاران، اثرات مداخلات آموزشی را در کاهش اضطراب و فشار مراقبت (۲۹) و وانگ و همکاران، تأثیر برنامه‌های آموزشی را در کاهش استرس و ارتقاء کیفیت زندگی مراقبین سالمندان مبتلا به آلزایمر مثبت ارزیابی کردند (۳۰). مطالعه اسکات و همکاران نیز ارتباط بین تاب‌آوری و فشار مراقبتی را در مطالعه خود بررسی کردند. نتایج مطالعه آنان نشان داد که مراقبین غیررسمی که نمره تاب‌آوری بالاتری دارند، فشار مراقبتی ناشی از مراقبت را کمتر تجربه می‌کنند. بعلاوه نتایج مطالعه آنان نشان داد که مراقبینی که اطلاعات بیشتری درباره بیماری آلزایمر دارند، فشار مراقبتی کمتری تجربه می‌کند. بنابراین افراد تیم درمان باید در فراهم کردن اطلاعات آموزشی رفتارهای خود مراقبتی به مراقبین دقیق باشند و با اطلاع‌رسانی و آموزش مناسب مراقبین، میزان فشار مراقبتی را در آنان بکاهند و با حمایت اجتماعی موجب افزایش تاب‌آوری در مراقبین بیماران مبتلا به آلزایمر شوند (۳۱). مطالعه نانس و همکاران نیز نشان داد که آموزش تاب‌آوری به خانواده‌های بیماران دیالیزی علاوه بر کاهش استرس، باعث ایجاد روابط مطلوب‌تر مراقبین با سالمند و اطرافیان می‌شود (۳۲). در مطالعه روسا و همکاران وجود مشکلات ارتباطی بین مراقب و سالمند مبتلا به آلزایمر باعث کاهش و نقصان در امر مراقبت از سالمند و زمینه‌ساز بروز مسائلی مانند نادیده گرفتن و سهل‌انگاری در امر مراقبت از سوی مراقبین می‌گردد که در صورت حل نشدن مشکلات آن‌ها، مراقبین دچار فرسودگی جسمی و روحی شده و کارایی خود را در انجام فعالیت‌های مراقبتی از دست

می‌دهند. پس با ارائه آموزش مهارت‌های تاب‌آوری و ارتباطی، استرس درک شده مراقبین را کاهش و بالطبع باعث افزایش سلامت جسمی و روانی مراقبین می‌شود (۳۳). مارتین کاراسکو و همکاران معتقدند اکثر مراقبین و افراد ارائه‌دهنده خدمات حرفه‌ای، از انجام برنامه‌های گروه‌درمانی حمایتی رضایت خاطر دارند (۲۸). در مطالعه پورسردار و همکاران نیز، ارتباط معناداری بین سلامت روان با تاب‌آوری ($P < 0/001$) و رضایت از زندگی ($P < 0/001$) مشاهده شد. نتایج این مطالعه نشان داد که آموزش مهارت‌های تاب‌آوری با تأثیر بر احساسات و هیجانات فردی، سبب ایجاد نگرش مثبت، بهبود وضعیت سلامت روان و رضایت از زندگی مراقبین سالمندان مبتلا به آلزایمر می‌شود (۳۴). نتایج مطالعه اسکات و همکاران نیز نشان داد که در مراقبین بیماران مبتلا به آلزایمر، آموزش مهارت‌های غلبه بر استرس، باعث بینش مثبت مراقبین نسبت به بیماری شده و حمایت اجتماعی باعث افزایش تاب‌آوری آنان می‌شود (۳۱). مراقبین با تاب‌آوری بالاتر به‌طور مؤثرتری قادر به استفاده از مکانیسم‌های سازگاری هستند و قادر به ارائه مراقبت بهتر از سالمند می‌باشند. بعلاوه، مشارکت آنان در فعالیت‌های اجتماعی، ورزشی، سرگرمی و تفریحی بیش از مراقبین با تاب‌آوری ضعیف می‌باشد (۳۵). از آنجایی که افسردگی و اضطراب درمان‌نشده در مراقبین خانوادگی می‌تواند بر وظایف مراقبتی آنان اثرات سوء گذاشته و آنان را بیشتر در معرض خطر بیماری‌های مزمنی مانند بیماری‌های قلبی، دیابت و مرگ قرار دهد، مداخلات غیر دارویی در این زمینه جهت بهبود سلامت روان این افراد توصیه می‌شود؛ زیرا استفاده از برنامه آموزش تاب‌آوری موجب می‌شود تا این گروه از افراد آسیب‌پذیر جامعه به‌طور مؤثرتری قادر به استفاده از مکانیسم‌های سازگاری باشند. نتایج مطالعه احمدی و همکاران نیز نشان می‌دهد که مراقبین با توان تاب‌آوری کمتر نسبت به افراد دارای تاب‌آوری بیشتر، به دلیل مشکلات جسمی، مراجعات بیشتری به پزشک دارند. تاب‌آوری موجب افزایش خود مراقبتی مراقبین شده و می‌تواند منجر به تغییرات مطلوب در عادات و

درحالي‌که نتايج بسياري از مطالعات، ارتباط بين تاب‌آوري و عوامل روان‌شناختي را تائيد مي‌کنند (۴۳)، نتايج پژوهش مالجورد و همکاران، بيانگر وجود ارتباط منفي بين تاب‌آوري و سطوح بالاي فعاليت بدني با نشانه‌هاي افسردگي بود (۴۴). در خصوص عمل حفاظتي خانواده؛ کريستي، در مطالعات خود به اين نتيجه رسيد که بين تاب‌آوري و عملکرد خانواده؛ با ابعاد کيفيت زندگي (سلامت جسمي و رواني، کار و آموزش، اوقات فراغت، ارتباط با ديگران، روابط خانواده، روابط اجتماعي، وضعيت مالي، خودمختاري و استقلال، معنويت و مذهب) افراد معلول، رابطه وجود دارد (۴۵).

نتيجه‌گيري

با توجه به مواجهه مراقبين سالمندان مبتلا به آلزایمر با استرس‌هاي ناشي از مراقبت از سالمند روبرو هستند نياز به استفاده از راهکارهاي ارتقاء سلامت جسم و روان اين افراد مطرح است. آموزش تاب‌آوري باعث بهبود سلامت روان مراقبين خانوادگي سالمندان مبتلا به آلزایمر مي‌شود. لذا، استفاده از مداخلات آموزشي و توانمندسازي مراقبين خانوادگي از طريق ارائه‌دهندگان خدمات بهداشتي درماني و سازمان‌هايي مانند انجمن‌هاي بيماران آلزایمري و انجمن‌هاي مردم‌نهاد، مي‌تواند موجب حفظ و ارتقاء سلامت روان مراقبين در ابعاد مختلف شود. حمايت‌هاي اقتصادي از مراقبين، برنامه‌ريزي براي کاهش طول مدت مراقبت از طريق زمان‌بندي مراقبت بين مراقبين و استفاده از مراقبت‌هاي فرجه‌اي مي‌تواند به ارتقاء سلامت روان اين گروه از مددجویان کمک نمايد.

از آنجايي که مراقبين خانوادگي، قربانيان خاموش و از اعضا کليدي مراقبت از سالمندان مبتلا به آلزایمر محسوب مي‌شوند، لذا لازم است تا ارائه‌دهندگان خدمات بهداشتي و به‌ويژه پرستاران در ارائه خدمات مبتني بر جامعه، ارزيابي وضعيت سلامت عمومي و ارائه راهکارهاي عملي براي حفظ و ارتقاء سلامت، مراقبين را هدف خدمات خود قرار دهند. برنامه‌ريزي مناسب براي آموزش پرستاران در زمان تحصيل و يا ضمن خدمت در

سبک زندگي شده و توان فرد را براي مقابله با استرس‌هاي مربوط به مراقبت از سالمند افزايش و احتمال بروز مشکلات جسماني را کاهش مي‌دهد (۲۵). بعلاوه، افراد تاب‌آورتر، روابط اجتماعي بهتري با ديگران دارند و در فعاليت‌هاي اجتماعي خود موفق‌تر عمل مي‌کنند (۳۲)، نتايج مطالعه فيتزپاتريک نشان داد که بار مراقبتي در زنان بيشتر از مردان است و مراقبين زن سالمندان مبتلا به آلزایمر بيشتر دچار انزوای اجتماعي و عاطفي مي‌شوند؛ بنابراین لازم است تا مداخلاتي مانند ترويج آموزش تاب‌آوري براي کاهش انزوای آنان صورت گيرد (۳۷).

نتايج مطالعه کلي نشان داد که متغيرهايي مانند جنس، نسبت فاميلي با سالمند و درک ذهني مراقبين بر فشار مراقبتي مراقبين سالمندان مبتلا به آلزایمر تأثير دارد. نتايج مطالعه وي نشان داد؛ مراقبين زن، افسردگي، استرس و اضطراب بيشتر و سلامت جسمي کمتری را نسبت به مراقبين مرد تجربه مي‌کنند (۳۸). نتايج مطالعه ديگري نشان داد که متغيرهايي مانند جنس، نسبت فاميلي با سالمند و درک ذهني مراقبين بر فشار مراقبتي مراقبين سالمندان مبتلا به آلزایمر تأثير دارد و مراقبين زن، افسردگي، استرس و اضطراب بيشتر و سلامت جسمي کمتری نسبت به مراقبين مرد تجربه مي‌کنند (۳۹). در مطالعه مارتين کاراسکو و باستاني نيز مراقبين داراي سطح درآمد بالاتر از واکنش‌هاي تطابقي بهتري براي رويارويي با مشکلات استفاده مي‌کنند و مشکلات روان‌شناختي کمتری نسبت به مراقبين داراي درآمد کمتر تجربه کرده بودند (۲۸). مطالعه اندرن و همکاران نيز نشان داد؛ مراقبين داراي حس پيوستگي قوي‌تر قادر هستند با مديريت شرايط بحراني، اضطراب کمتری تجربه کرده، کمتر از ديگران، رفتارهاي تهاجمي داشته باشند (۴۰). مطالعه کانگک نيز نشان داد؛ افزايش درک فشار مراقبت بر روي ميزان اضطراب مراقبين تأثير مي‌گذارد (۴۱). نتايج مطالعه رازاني نيز بيانگر آن است؛ مراقبين سالمنداني که از نظر عملکردي وابسته هستند، بيشتر به افسردگي، اضطراب، اختلالات جسمي و عاطفي دچار مي‌شوند (۴۲).

می‌توانند به انجام مطالعات بیشتر در زمینه تأثیر آموزش تاب‌آوری بر وضعیت سلامت روان مراقبین خانوادگی سالمندان مبتلا به آلزایمر بپردازند و نقش سایر اقدامات محافظت‌کننده سلامت روان را مورد ارزیابی قرار دهند.

زمینه راهکارهای ارتقاء دهنده سلامت روان مراقبین خانوادگی مانند تاب‌آوری می‌تواند به استفاده از این راهکارها در بالین و مراقبت از سالمند مبتلا به آلزایمر و مراقبین خانوادگی آن‌ها منجر شود. از این طریق می‌توان به ارتقاء سلامت و کیفیت زندگی سالمندان مبتلا به آلزایمر و خانواده‌های آنان منجر شد. از سوی دیگر پژوهشگران پرستاری با توجه به نتایج مطالعه حاضر

References

1. Azizi A, Amini A. Consequences of Aging Population in Iran with Emphasis on its Increasing Challenges on the Health System. *Depiction of Health*. 2015; 6(1): 54-64.
2. Annually Country Statistics. Management and planning. Tehran, Iran: Iranian Statistical Center. 2016 (pp. 52e55).
3. Hosseini Sarsht A, Nasiri Ziba F, Zonamate Kermani A, Hosseini F. Comparison of attitude of nursing students and nurses working toward patient care of elderly patients. *Journal of Nursing*. 2006; 19(45):57-67.
4. Danesh Kohan A, Dehdari T, Rafiee E, Beigzadeh M, Khalilifard A, Bakhtiari Farjadi S, et al. Investigating the Knowledge and Practice about Prevention of Alzheimer Disease in Health Care Workers. 2015; 24 (94):16-23.
5. Bastani F, Hosseini R, Javanbakhtian Ghahfarokhi R. The effect of group discussion and telephone counselling on perceived stress of women as caregivers of patient with Alzheimer disease. *Journal of Clinical Nursing and Midwifery*. 2012;1(1): 61-72.
6. Mohammadi F, Fallahi Khoshknab M, Khanakeh H. Caregivers 'needs for Alzheimer's elderly: An Analysis of Family Carers' Experience. *Journal of Nursing and Midwifery Faculty*. 2011;21(72):29-36.
7. Noroozian M, Poormand Z, Farzad VA, Hadjati G, Baghdasariyans A. Evaluation of psychometric aspects of cleveland scale of activity daily living in the diagnosis of dementia in iran. *Iranian journal of public health*. 2013;42(4):417.
8. Yektatalab S, Kaveh M H, Sharif F, Falahi khoshknab M, Petramfar P. Caring for Patients with Alzheimer's Disease in Nursing Homes: A Qualitative Content Analysis. *J Qual Res Health Sci*. 2012; 1 (3) :240-253.
9. Khatouni M, Zohari Si. Communication problems of elderly patients with Alzheimer's disease and primary caregivers. *Qazvin University of Medical Sciences. journal Elder*. 2010; 5(17):36-42.
10. Esmail Pourzanjani S, Mashaof S, Safari Z, Abbasi M. Relationship between Self-efficacy and Spiritual Intelligence among Alzheimer's Family Members. *Medical Jurisprudence*. 2012, 4(11-12):151-66.
11. Mulatilo M TT, Enoka I, Petrini M. Teaching families to be caregivers for the elderly. *Nursing And Health Sciences*; 2000.
12. Kuzu N, Beşer N, Zencir M, Şahiner T, Nesrin E, Ahmet E, Binali Ç, Çağdaş E. Effects of a comprehensive educational program on quality of life and emotional issues of dementia patient caregivers. *Geriatric Nursing*. 2005;26(6):378-386.
13. Momeni K, Karimi H. Comparison of mental health between elderly admitted in sanitarium with elderly in sited in personal home. *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences (J Kermanshah Univ Med Sci)*. 2011;4(48): 328-335.
14. Windle G, Markland DA, Woods RT. Examination of a theoretical model of psychological resilience in older age. *Aging and Mental Health*. 2008;12(3):285-292.
15. Masten AS. Ordinary magic: Resilience processes in development. *American psychologist*. 2001;56(3):227-238.
16. Shafieezadeh R. Relativistic Relation with Five Big Personality Characters.

- Knowledge and Research in Applied Psychology. 2012; 3(49):95-102.
17. Sahebi L, Ayatollahi M. Mental health status of hospitals staffs in Shiraz. *The Horizon of Medical Sciences*. 2007;12(4):26-33.
 18. Zahmatkeshan N, bagherzadeh R, Akaberian S, yazdankhah M R, Mirzaei K, Yazdanpanah S, et al . Assessing Quality Of Life and related factors in Bushehr,s elders – 1387-8. *J Fasa Univ Med Sci*. 2012; 2 (1) :53-58.
 19. Bastani F, Hosseini Razieh Sadat, Bani Asad M, Haghani H. General Health" of Elderly Women with Alzheimer's. *Journal Elder*. 2010; 5(17):43-51.
 20. Aslani Mortazavi M, Amidi Mazaheri M, Batooni M. Self-efficacy and related demographic variables in elderly people of Fereydoun-e-Shahr. *Journal Salmand*. 2009; 11(4): 558-565.
 21. Shareh H, Maroufi S, Houshmandi M, Haghi E. The effect of work stress, coping strategies, resilience and mental health on job satisfaction among anesthesia technicians. *Journal of Fundamentals of Mental Health*. 2011; 13(49): 20-29.
 22. Bradshaw BG, Richardson GE, Kumpfer K, Carlson J, Stanchfield J, Overall J, et al. Determining the efficacy of a resiliency training approach in adults with type 2 diabetes. *The Diabetes Educator*. 2007;33(4):650-659.
 23. Ranjbar F, Kakavand A, Barajali A. Resilience and quality of life of mothers with mentally retarded children. *Health Psychology*. 2011; 1(1):177-187.
 24. Hasanzadeh Pashang S, Zare H, Alipor A. The efficacy of stress inoculation training (SIT) on resilience, anxiety depression and stress among spinal cord injury (SCI) patients. *Journal of Jahrom University of Medical Sciences*. 2012;10(3):12-20.
 25. Ahmadi R, Sharifi Darmandi P. A Study of the Effect of Resilience Training on Mental Health of People with Drug Dependency at Touska Camp in Tehran. *Quarterly of Clinical Psychology Studies*. 2014; 4(16): 1-17.
 26. Mohammadi Shahbolaghi F. Self-efficacy and burden of caregivers as family members of elderly with Alzheimer disease in Tehran. *Salmand Iran J Ageing*. 2006; 6(1):26-33.
 27. Mansouri T, Dehdari T, Seyedfatemi N, Gohari M R, Barkhordari M. The effect of communication skills training on perceived stress of caregivers of elderly with Alzheimer's disease referral to Iranian Alzheimer Association in 2012. *RJMS*. 2014; 21 (121):52-62
 28. Martín-Carrasco M, Martín MF, Valero CP, Millán PR, García CI, Montalbán SR, et al. Effectiveness of a psychoeducational intervention program in the reduction of caregiver burden in Alzheimer's disease patients' caregivers. *International Journal of Geriatric Psychiatry*. 2009;24(5):489-499.
 29. Monini P, Tognetti A, Cinque R, Di Franco F, Bartorelli L. The importance of awareness: An experience of small support groups for the caregivers of Alzheimer's disease patients. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. 2001;33(1):267-271.
 30. Wang J-J, Hsu Y-C, Cheng S-F. The effects of reminiscence in promoting mental health of Taiwanese elderly. *International journal of nursing studies*. 2005;42(1):31-36.
 31. Scott CB. Alzheimer's disease caregiver burden: Does resilience matter? *Journal of Human Behavior in the Social Environment*. 2013;23(8):879-892.
 32. Nancy W, Richter J, Koeckeritz J, Lee Y, Munch KL. A cross-cultural comparison of family resiliency in hemodialysis patients. *Journal of Transcultural Nursing*. 2002;13(3):218-227.
 33. Rosa E, Lussignoli G, Sabbatini F, Chiappa A, Di Cesare S, Lamanna L, et al. Needs of caregivers of the patients with dementia. *Arch Gerontol Geriatr*; 2010. 51(1): 54-58.
 34. Poursardar F, Sangari A, Abbaspour Z, Alboukurdi S. The Effect of Happiness on Mental Health and Life Satisfaction. *Journal of Kermanshah University of Medical Sciences (J Kermanshah Univ Med Sci)*. 2012;16(2):139-47.
 35. Hosseini. T , Salimi. M. The Effect of Resilience Training on the Stress of Mothers with Cancer Children in Imam Khomeini Hospital. *Health Psychology journal*.2012; 1(4): 97-109.
 36. Meikaeilei N, Ganji M, Talebi JM. A comparison of resiliency, marital satisfaction and mental health in parents of children with learning disabilities and normal children. 2012; 2 (1): 120 -137.
 37. Fitzpatrick KE, Vacha-Haase T. Marital satisfaction and resilience in caregivers of spouses with dementia. *Clin Gerontol*. 2010; 33(3): 165-180.

38. Clay OJ, Roth DL, Wadley VG, Haley WE. Changes in social support their impact on psychosocial outcome over a 5-year period for African American and White dementia caregivers. *Int J Geriatr Psychiatry*. 2008; 23: 857-862.
39. Bastani M, Ghassemi E, Tabrizi R, Janani, Nejad R. Evaluating perceived stress and religious adjustment in caregivers of elderly people with dementia. *Journal of Rafsanjan University of Medical Sciences*. 2015; 13(10): 925-936.
40. Andren S, Elmstahl S. The relationship between caregiver burden, caregivers' perceived health and their sense of coherence in caring for elders with dementia. *Journal of Clinical Nursing* 2008; 17: 790-799.
41. Kang SY. Predictors of emotional strain among spouse and adult child caregivers. *Journal of Gerontological Social Work*. 2006; 47(1/2): 107-131.
42. Razani J, Kakos B, Orieta-Babalace C, Wong J, Casas R, Lu P, et al. Predicting Caregiver Burden from Daily Functional Abilities of Patients with Mild Dementia. *Journal of National Institutes of Health*. 2007; 55(9): 1415-1420.
43. Bastani F, Sadat Hosseini R, Bani Assad M, Haghani H. Caregivers of elderly people with Alzheimer's "General Health". *Iranian Aging Magazine*. 2007; (17); 13.
44. Moljord IE, Moksnes UK, Espnes GA, Hjemdal O, Eriksen L. Physical activity, resilience, and depressive symptoms in adolescence. *Mental Health and Physical Activity*. 2014; 7(2): 79-85.
45. Kristi O. The relationship between family functioning, family resilience, and quality of life among vocational rehabilitation clients. Unpublished Doctorate of philosophy. UTAH State University. ProQuest Dissertations Publishing. 2011. 3489439.